



*BILDUNGS- UND
EXERZITIENHAUS
KLOSTER SALMÜNSTER*

Telefon: 06056- 91931 0

Telefax: 06056 – 91931 39

Stimmbildung für Vielredner und Chorsänger

Referentin:

Karoline Münzel, Bad Soden-Salmünster

**Freitag, 23. Sept. 2022, 18.00 Uhr
- Sonntag, 25. Sept. 2022, 13.30 Uhr**

Kursnummer: 22 LS 03

Unsere Stimme ist ein besonders wertvolles Instrument (nicht nur für Sänger), das uns überall im Leben begleitet. Täglich setzen wir es in unterschiedlichen Situationen ein, ob in einer privaten Unterhaltung oder im Beruf. Mit unserer Stimme haben wir einen Schlüssel zu unserer Persönlichkeit, zu unserem Inneren. Diesen zu entdecken, zu entwickeln und souverän einzusetzen gibt Kraft und Lebensenergie.

Wir kommunizieren mit der Stimme nicht nur durch Worte, auch Stimmklang, Lautstärke und Stimmfarbe geben viele Informationen über unseren persönlichen Zustand unserer Stimmigkeit.

Ist alles in Ordnung sagen wir „Es stimmt alles“. Sind wir verärgert oder uneins mit uns selbst, sind wir „verstimmt“. Freuen wir uns und sind wir in Feierlaune, sind wir „voll in Stimmung“. Und stehen wir vor einer wichtigen Aufgabe und müssen uns konzentrieren, so „stimmen wir uns ein“.

Gehen Sie an diesem Wochenende auf Entdeckungsreise zu Ihrer persönlichen Stimmfaltung. Nehmen Sie Ihre Stimme und Ihren (Klang-)Körper wahr. Atmung, Körperhaltung, Klangvolumen, Ausdruck und die Umsetzung im Alltag sind Schwerpunkte des Wochenendes.

Das Wochenende richtet sich besonders an alle, die in Beruf oder Ehrenamt viel mit ihrer Stimme arbeiten, aber auch an ChorsängerInnen.

Programm

Freitag, 23. September 2022

- 18.00 Uhr Abendessen
- 19.00 Uhr Begrüßung, „stimmige“ Vorstellungsrunde,
Wie empfinde ich meine Stimme?
- 20.30 Uhr Abendsegen

Samstag, 24. September 2022

- 8.00 Uhr Morgenimpuls
- 8.15 Uhr Frühstück
- 9.30 Uhr Atmung, Körperwahrnehmung, Körperhaltung
- 12.15 Uhr Mittagessen
- 14.30 Uhr Kaffee – Tee
- 15.00 Uhr Artikulation, Klangvolumen
- 18.00 Uhr Abendessen
- 19.15 Uhr Singen und Bewegung
- 20.00 Uhr „Lass Deinen ganzen Körper mitsingen“
- Tönen lassen zur Klangmeditation als
- 21.00 Uhr Entspannung zur Nacht.

Sonntag, 25. September 2022

- 8.00 Uhr Morgenimpuls
- 8.15 Uhr Frühstück
- 9.30 Uhr „Singgymnastik“,
Vertiefung der erarbeiteten Übungen
- 10.30 Uhr Einladung zur Mitfeier der Hl. Messe in der
Pfarrkirche St. Peter und Paul
- 11.45 Uhr Abschlussrunde
- 12.15 Uhr Mittagessen

Referentin:

Karoline Münzel

Studium der Literatur-, Medien und
Musikwissenschaften, Musik- und
Klangtherapeutin, kirchenmusikalische
Ausbildung
Dozentin für Erwachsenenbildung
(www.muenzel-klangwelten.de)



Teilnehmerbeitrag:

140,00 €

Übernachtung im Einzelzimmer mit Dusche und WC, vier
Mahlzeiten am Tag, Kursgebühr

Bitte bringen Sie folgende Dinge mit:

Bequeme Kleidung; Isomatte, kleines Kissen, eine Decke

Anmeldung

richten Sie bitte bis **15.09.2022** an das

Bildungshaus- und Exerzitienshaus

Kloster Salmünster

Franziskanergasse 2

63628 Bad Soden Salmünster

Tel.: 06056/919310

Internet: www.bildungshaus-salmuenster.de