


Die eigene Stimme stärken – durch Sprechen und Singen

Samstag, 30. März 2019, 10:00 bis 17:00 Uhr, Zürich

Seminarleitung	Amanda Manda Seiler Sängerin, Gesangspädagogin	
Inhalt	Das Instrument, auf dem wir als Dozierende spielen, ist unsere Stimme. Selten jedoch beachten wir sie bewusst. Dabei erleichtert eine wohlklingende, tragende Stimme unseren Alltag als Dozierende entscheidend. Es gibt wunderbare kleine Hilfsmittel, die eigene Stimme zu stärken und zu entfalten. Viele Menschen haben eine zu hohe Spannung auf der Stimme, die bewirkt, dass man stimmüde wird. Oder einige leiden unter einer zu leisen oder brüchigen Stimme. Spielerisch werden wir die Stimme durch Sprechübungen, Stimmbildung und Lieder singen entdecken und stärken. Vortrag über stimmfunktionale Zusammenhänge, Entspannungsübungen, Atem- und Körperarbeit und Body Percussion ergänzen das Seminar. Dieser Tag eignet sich auch für Lehrpersonen, die im eigenen Unterricht Stimmtipps weitergeben möchten oder Lieder und Sprechübungen in den eigenen Unterricht integrieren wollen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleider und Socken tragen und eine Decke für die Bodenarbeit mitbringen. Wir arbeiten im Stehen, Sitzen und Liegen.	
Kurssprache	Deutsch	<p>19-0330-AdA-D</p> <p>Die eigene Stimme stärken – durch Sprechen und Singen</p> <p>Seminarleitung Amanda Manda Seiler</p> <p>Datum Samstag, 30. März 2019</p> <p>Zeit 10.00 bis 17.00 Uhr</p> <p>Kursort Zürich, Bärengasse 22</p> <p>Kosten 250.00 Fr.</p> <p>Kosten VHS 150.00 Fr.</p> <p>Anmeldefrist 10 Tage vor Kursbeginn</p> <hr/> <p>Anmeldung und AGB www.up-vhs.ch</p> <hr/> <p>Kontakt Verband der Schweizerischen Volkshochschulen Renate Heer, Fachstelle Weiterbildung Bärengasse 22, 8001 Zürich 044 211 97 73 renate.heer@up-vhs.ch</p>
Zielpublikum	Erwachsenenbildende, PädagogInnen, AusbilderInnen, TherapeutInnen, PsychologInnen, Coach, VHS-Lehrkräfte und VHS-Administration	
Kursziele	Freieres Sprechen und Singen und Grundkenntnisse der Zusammenhänge von Stimme, Atem und Körper	
Methoden	Ljouba - Ganzheitliches Stimmtraining nach Amanda Manda Seiler	
Kursziele	Freieres Sprechen und Singen und Grundkenntnisse der Zusammenhänge von Stimme, Atem und Körper	