

Workshop: Atmung und Stimme nach Schlawffhorst und Andersen

Kursnummer	262GE0113
Beginn	Freitag, 04.09.2026, 18:00 - 20:00 Uhr
Dauer	1 U-Tage
Kursort	Neustadt; VHS (am Schloss Landestrost), EG 03
Gebühr	16,00 €
Teilnehmer	7 - 12
Kursleitung	Patricia Scheibe

In diesem Kurs erfahren Sie den dreiteiligen Atemrhythmus und die Regenerationswege für Stimme und Körper auf traditionelle Weise nach Clara Schlawffhorst und Hedwig Andersen, die Begründerinnen der Atemlehre, zusätzlicher Bonus ist der Einstieg in die Stimmbildung für den besseren Gebrauch der Stimme im Alltag oder Berufsleben oder auch für den Einsatz beim Singen.

Inhalte:
Erfahren und wahrnehmen der eigenen individuellen Stimme
Wohlfühlspannungszustand
optimalerer Einsatz der Stimme im Alltag und Berufsleben
mehr Selbstvertrauen im Umgang mit der eigenen Stimme
verbesserte Atmung
verbesserte Körperhaltung und Aufrichtung des Körpers
Erlangen von mehr Selbstbewusstsein

Erleben Sie beim Schwingen den Wohlfühlspannungszustand und gelangen so zu mehr Ruhe und Gelassenheit.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
04.09.2026	18:00 - 20:00 Uhr	Neustadt; VHS (am Schloss Landestrost), EG 03