

## Weiterbildung / Workshop

# *Atem-Bewegung-Stimme*

für  
**sprechintensive Berufe, Sänger, Musiker, Körpertherapeuten  
und Studenten**

In geschützter Gruppensituation arbeiten wir an der Entwicklung eines gesunden und authentischen Stimmklanges. Auf der Grundlage des "Erfahrbaren Atems" (nach Ilse Middendorf) und der Stimmarbeit nach Petra Bodnik erschließen wir uns ühend die Zusammenhänge von Atem und Bewegung. Atemräume und -Kräfte werden in ihrer unterschiedlichen Wirksamkeit erfahren. Der Schlüssel hierfür sind Achtsamkeit und die eigenen Wahrnehmungen, welche wir im Anschluss an die Übungen im Gespräch formulieren.

Der zunächst behutsame Einsatz der Stimme über das Tönen unterschiedlicher Vokale bildet unser Empfindungsvermögen für die verschiedenen Leibräume und eröffnet u.a. auch einen Zugang zum Verständnis psycho-physischer Zusammenhänge. Unsere mentale „Gestimmtheit“ - wie ursächlich auch der Atem - reagiert auf den jeweils getönten Laut.

Bei fortschreitendem Üben können wir erleben, wie sich im spielerischen Umgang mit der an den Atem angeschlossenen Bewegung der Stimmeneinsatz mit natürlicher Leichtigkeit ergibt. Der Klang wird freier und reicher. Es stellen sich Freude am Spiel und Lust zur Stimmimprovisation ein.

Ruhe und ein Zugewinn an mentaler Stärke geben Sicherheit in Auftrittssituationen (Umgang mit Lampenfieber).

**Bitte lockere Kleidung, dicke Socken, Iso-Matte und eine leichte Decke mitbringen!**

**Termin** 27.- 29. April 2018 (Freitag, 19 Uhr - Sonntag, 13 Uhr)

**Ort** 04229 Leipzig, Praxishaus Dieskaustraße 103

**Gebühr** 120,- / Freiberufler 90,- / Studenten 70,- Euro

**Leitung** **Anne-Kathrin Ludwig** Leipzig  
Atem- und Musikpädagogin, Diplom-Musikerin  
Kooperationspartnerin des Zentrums für Berufsmusiker Hamburg

weitere Informationen sowie Anmeldung über

**Praxis für Atem- und Bewegungsentwicklung**

Tel. +49 (0)341-20067663  
mail@anne-kathrinludwig.com  
www.musiker-atem.com