



Abenteuer Stimme

Spüren. Singen. Genießen

Eine Woche dem Körper und der Stimme gewidmet

05- 13. 04. 2020

In Fonte dei Fiori
einem ökologischem Seminarhaus im Herzen Italiens,
den Marken

mit Heidi Clementi und Katharina Vögele

Der Beckenboden als Kraftquelle für freudvolles Singen!

Mit Körper- und Atemübungen schulen wir das Körperbewusstsein um gut in unserem Körper anzukommen. Durch Wahrnehmen, Entspannen und Kräftigen des Beckenbodens, der Tiefenmuskulatur und der Faszien aktivieren wir unsere Mitte, „stimmen“ unser Instrument - den Körper - öffnen und weiten die Resonanzräume, spüren wie die Stimme immer mehr vom Körper getragen, freier, leichter und persönlicher wird. Wir lernen Volkslieder aus verschiedenen Kulturen und üben dabei die Mehrstimmigkeit „zualosen, zubisingen und drübersingen“

Ps: Es bleibt auch genügend Zeit zum entspannen und zum genießen ;)

weitere Info: www.heidiclementi.at - www.fontedeifiorimontaiate.com



Heidi Clementi

singmit@heidiclementi.at

Als Sängerin, Jodlerin und Singleiterin verführe ich gerne Menschen aller Altersgruppen zum gemeinsamen Singen und Jodeln, immer auf den Spuren eines neuen, ursprünglichen und authentischen Ausdruck der eigenen Stimme. In meinen SINGMIT Projekten möchte ich den Zauber des spontanen, herzhaften, direkten und ungezwungenen Singens in der Gemeinschaft erlebbar machen. Der Kopf staunt - die Seele freut sich - das Herz lacht



Katharina Vögele

katharina.voegele86@gmail.com

Als Yogalehrerin, Vitalmasseurin, Insighttouch Practitioner sowie Beckenboden Trainerin erforsche ich meinen Körper und Geist und begleite Andere dabei sich selbst (wieder) mehr zu spüren, Zusammenhänge zwischen Körper und Psyche zu entdecken um Entscheidungen bewusst zu treffen, um aus der eigenen Kraft und Freude heraus zu Sein

Inklusive Vollpension: 680euro