



25. November 2018, 9:00-17:00

Dieses Seminar richtet sich an SängerInnen (Chor, Solo), SprecherInnen, InstrumentalistInnen und all jene, die Lust daran verspüren, sich selbst über Atem und Stimme neu zu erfahren.

Die Teilnehmenden werden mit den atemtypischen Grundlagen vertraut gemacht. Die Anbindung an den individuellen Atemrhythmus (solar/lunar) ermöglicht den freien und natürlichen Fluss von Stimme und Atem. Die Folgen sind gesteigerte Ausdruckskraft, größere Authentizität und mehr Freude beim Singen, Sprechen oder Musizieren.

**Inhalt:**

- Atemübungen nach Atemtypen - ein Quell der Inspiration
- der Atem als Träger der Stimme
- richtiger Spannungsaufbau - das Ende von Atemnot und „gedrückten“ Tönen
- reflexive Atmung - die Einatmung geschehen lassen
- Wissen um unterstützende Körperhaltungen beim Singen, Sprechen und Musizieren
- Atemtypen - das Ende lähmender Bühnenangst

*Bitte bequeme Kleidung mitbringen.*

*Keine stimmlichen Vorkenntnisse erforderlich.*

LEITUNG:  
**SUSANNE LEITNER**

Gesangslehrerin  
Integrative Stimmtrainerin®  
Sängerin, Schauspielerin

[susanne-leitner.at](http://susanne-leitner.at)

**WANN:**

Sonntag 25. November 2018, von 9:00 – 17:00

**KOSTEN:**

90,- Euro (maximal 14 Teilnehmer)

**ORT:**

Yogakollektiv  
Bachlechnerstraße 46, 6020 Innsbruck

**INFORMATION UND ANMELDUNG:**

per Mail unter [info@susanne-leitner.at](mailto:info@susanne-leitner.at)  
oder Telefon 0676/6279762