



Kultursommer 2021

Grächen Musikferien

08. – 12. August 2021



Atem & Stimme
mit Judith Furrer-Bregy

graechen.ch


GRÄCHEN
St. Niklaus

Kultursommer 2021

Grächen Musikferien

AtemKlang & bewegte Achtsamkeit **08. – 12. August 2021**
mit Judith Furrer-Bregy www.atemundstimme.ch

eidg. dipl. Komplementärtherapeutin Atem-Körper-Stimme, dipl. Stimmpädagogin

Kursinhalt

Atem, Stimme, Klang und Bewegung sind Ausdruck des persönlichen Seins.

Die Stimme als verklanglichter Atem ist das zweite Gesicht eines Menschen. Dieses uns innewohnende Instrument ist ein ganzheitliches Phänomen, das den Körper, den Geist und die Gefühle zusammenbringt. Dabei spielen im Körper eine Vielzahl von Systemen zusammen, die wir gemeinsam erforschen werden.

Mit sanft-meditativen und dynamisch-belebenden Körperbewegungen verbinden wir uns mit dem eigenen Atem und geben der persönlichen Stimme Raum. Diese Elemente kombiniere ich mit Stimmbildung und therapeutischem Stimmtraining.

Zielpublikum

Für Sänger, Instrumentalisten und alle, die sich selber und die eigene Stimme neu erfahren, entwickeln und dadurch gesund, klangvoll, präsent und freudvoll erleben möchten.

Pauschalpreis pro Person und Kurswoche exkl. Übernachtung und Verpflegung
Erwachsene CHF 440.00

(inkl. Willkommensapéro und unbegrenzte Anzahl Fahrten mit der Hannigalpbahn)

Hotelpauschale

- Willkommensapéro
- Kurskosten
- 4 Übernachtungen im 3*-Hotel Eden inkl. Halbpension
- Unbegrenzte Anzahl Fahrten mit der Hannigalpbahn

Preise pro Person

	Erwachsene
› Doppelzimmer	CHF 841.00
› Doppel- zur Einzelzimmer-Benützung	CHF 998.00
› Doppelzimmer Business	CHF 886.00
› Doppel- zur Einzelzimmer-Benützung Business	CHF 1'088.00

Anmeldung: Ab sofort bis Ende März 2021 unter graechen.ch/musikferien

Hinweis: Aufgrund der aktuellen Situation sind Änderungen jederzeit möglich.

Grächen verfügt über ein grosses Ferienwohnungsangebot.

