



Kultursommer GRÄCHEN

02. – 06. August 2022



Atem & Stimme – Kurs mit Judith Furrer-Bregy

graechen.ch


GRÄCHEN
St. Niklaus

02. – 06. August 2022

AtemKlang & bewegte Achtsamkeit mit Judith Furrer-Bregy

eidg. dipl. Komplementärtherapeutin Atem-Körper-Stimme, dipl. Stimmpädagogin
www.atemundstimme.ch

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.

Kurskosten pro Person

Erwachsene CHF 420.00

inkl. Willkommensapéro und unbegrenzte Fahrten mit der Hannigalpbahn

Anmeldung Kurs

Ab sofort bis Ende Mai 2022 unter www.graechen.ch/kultursommer

Für Buchungen bis Ende Januar 2022 wird ein Frühbuchungsrabatt von 5% gewährt.

Grächen verfügt über ein grosses Ferienwohnungsangebot.

Änderungen vorbehalten.