

Bühnenpräsenz im Chor

Workshop für Sängerinnen und Sänger

Mit einem durchlässigen und lebendigen Körper können Sängerinnen und Sänger ihre Stimme voll entfalten. Im Workshop entwickeln sie in einfachen Übungen ihr Körpergefühl, ihre Ausdrucksfähigkeiten und ihre Bühnenpräsenz.

Es geht um folgende Themen:

- guter Bodenkontakt und Kraft aus der Mitte
- Beweglichkeit im Rumpf und freie Atmung
- gelöste körperliche Aufrichtung und entspannte Haltung
- Vertrauen in die eigene Energie und den persönlichen Ausdruck
- lebendiges Gesicht im Kontakt zum Publikum
- Umgang mit Anspannung und Aufregung
- gemeinsame Ausrichtung im Chor

Der Workshop findet unter Anleitung und Begleitung in einem schönen Raum in Heuweiler statt. Er ist für alle Alters- und Erfahrungsstufen geeignet und setzt keine Vorkenntnisse voraus.

Bitte warme und bequeme Kleidung, sowie eine Matte/Decke und ein Kissen mitbringen – und Freude am Ausprobieren und Austauschen nicht vergessen!

Dirk Schuka

arbeitet mit Menschen, die mit Menschen arbeiten und/oder an persönlicher Entwicklung interessiert sind. Lernprozesse von der somatischen bis zur systemischen Ebene. Schwerpunkt auf Präsenz in Bewegung, Ausdruck und Kontakt und auf Sensibilität, Flexibilität und Spontaneität im Handeln.

Tagesworkshop

für Flexingers e.V., Heuweiler
(Leitung Michael & Katharina Hermann)

Gruppe

Teilnehmende des aktuellen Chorprojekts
und sonstige Interessierte

Raum

60–80 qm freie Fläche
Matten, Decken, Kissen
Musikanlage

Kontakt

info@dirkschuka.de
www.dirkschuka.de