

STIMM-Training Workshop

Zeitraum

Fr., 07.02.2025

ab 09:30 Uhr

Sa., 08.02.2025

bis 17:00 Uhr

Zielgruppe

All jene, die täglich viel ihre Stimme belasten

Referent/en

Annika Borsetto

Vocal Coach, Sängerin, Ukulele-Lehrerin

Roberta Nicolodi

Pilatestrainerin

Kursbeitrag

160,00 € pro Person (zzgl. maximal 15€ Materialspesen)

An diesen zwei Tagen stehen wir mit unserer Stimme im Vordergrund. Unsere Stimme kann nicht ersetzt werden, sie ist einmalig. Gerade deshalb ist es wichtig mit ihr richtig umzugehen, um sie nicht zu sehr zu belasten. Es gibt zahlreiche Übungen die wir lernen werden, Übungen für die Sprech- und die Singstimme, die wir in unserem Alltag einbauen können. Zwei Pilateseinheiten stehen auch auf dem Programm, um unseren Körper und Geist mit einzubeziehen.