

## Miniworkshops Singen 2020

jeweils samstags von 11:00 bis 14:00 Uhr  
Sandweg 6, 64823 Groß-Umstadt  
60 € pro Person incl. Getränke und Snacks  
Mind. 4, max. 8 Personen

21.03.	Mundwerkzeug
25.04.	Klangquelle Kehlkopf
30.05.	Mit den Ohren singen
27.06.	Einatmen, Ausatmen, Singen
22.08.	Ich weiß nicht, was soll es bedeuten...
14.09.	Good Vibrations
14.11.	Kraft aus der Mitte – Bauch, Becken, Beine
05.12.	Weihnachtsleuchten

### Workshopinfos

#### Mundwerkzeug

Lippen, Kiefer, Zunge spielerisch entdecken und aktivieren, Artikulation erleichtern, Verspannungen lösen, Klang befreien, klare Vokale entdecken, den Kehlkopf entlasten.  
Riechen, tasten, schmecken, Körperklänge spüren, sich mit Zungenakrobatik amüsieren und natürlich singen.

#### Klangquelle Kehlkopf

Das Geheimnis des Kehlkopfs lüften, seine ungeheure Feinheit und Kraft entdecken, sich ihm annähern, ihn spüren, mit ihm Freundschaft schließen und sich durch seinen Klang verwöhnen lassen.

#### Mit den Ohren singen

Was macht das Singen mit dem Hören? Was macht das Hören mit dem Singen? Was haben Geräusche mit dem Klang zu tun? Warum hören beide Ohren nicht gleich? Warum können wir uns auf unsere Ohren verlassen und warum manchmal nicht? Warum lohnt es sich, nach innen zu lauschen? All das finden wir beim Singen heraus.

#### Einatmen, Ausatmen, Singen

Je mehr wir uns mit dem Atmen beschäftigen, desto mehr Fragen tauchen auf.  
Wie geht Bauchatmung? Wann darf ich eigentlich in die Brust atmen? Wie bekomme ich schnell viel Luft oder darf es auch etwas weniger sein? Was macht eigentlich das Zwerchfell? Und geht das Ganze auch entspannt? Wie klingt meine Stimme, wenn ich anders atme?

### **Ich weiß nicht, was soll es bedeuten...**

Endlich verstehen und begreifen, was mit den Begriffen Stütze, Maske, Brust- und Kopfstimme gemeint ist. Wie setzte ich Anweisungen von Chorleitern und Dirigenten um? Welche Vorstellungen von Singen habe und was ist davon wirklich sinnvoll? Wir probieren alles aus: Praktisch spürbar, hörbar.

Fragen zum Singen, Atmen, Anatomie und Physiologie am besten ein paar Tage vorher per E-Mail an [hallo@cornelia-doehoefer.de](mailto:hallo@cornelia-doehoefer.de).

### **Good Vibrations**

Klingende Resonanzräume, schwingender und strömender Atem, belebte Körper, vibrierende Klänge, gemeinsam in gute Schwingung kommen, sich zu Höhenflügen aufschwingen und nach schönen Klängen und Liedern beschwingt nachhause gehen.

### **Kraft aus der Mitte – Bauch, Becken, Beine**

Unsere Körpermitte ist die Verbindung zwischen oben und unten, gibt uns ein gutes Bauchgefühl, ist Kraftquelle und Energiereservoir für unseren Kehlkopf. Unsere Beine sorgen für einen guten Stand und gleichzeitig für Beweglichkeit. Wie geht denn das mit dem Bauch beim Singen? Was darf er, was sollte er vermeiden? Ein spannender Tauchgang in unsere Körpermitte.

### **Weihnachtsleuchten**

Stimmübungen, herzerwärmende Advents- und Weihnachtslieder rund um den Winter, das schönste Fest des Jahres, Rhythmicals und Bodypercussion bei Weihnachtsglanz, leckeren Winter-tee, Glühwein und Plätzchennaschen.

## Verbindliche Anmeldung Mini-Workshops

Titel

Datum

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon, Mobil

E-Mail

### Anmeldebedingungen

Die Teilnahmegebühr überweise ich umgehend auf folgendes Konto:

Cornelia Dönhöfer IBAN DE21 5085 2651 0033 0576 21.

Die Teilnahmegebühr bringe ich in bar mit.

- Der Rücktritt ist bis eine Woche vor Beginn möglich. Danach ist die volle Kursgebühr fällig, falls keine geeignete Ersatzperson benannt wird oder ein Teilnehmer von der Warteliste nachrücken kann.
- Findet der Kurs aufgrund zu geringer Teilnehmerzahl oder Erkrankung der Kursleitung nicht statt, wird keine Kursgebühr fällig. Bereits bezahlte Beträge werden erstattet.
- Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Veranstalter übernehmen in keinem Fall eine Haftung.

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Anmeldebedingungen an.

---

Datum, Unterschrift des Teilnehmenden