



STIMM.TS.NET?!

STIMM- UND SPRECHTRAINING

mit Anna Lichtenstein

MO, 30.09.2019
Zwönitz

ODER

MO, 07.10.2019
OEDERAN

JEWELNS

9.30 - 16.00 UHR

ANMELDUNGEN BIS 30.08.2019:

E-Mail: info@kultur.plus

Fax: 0375/56989004

STIMMTRAINING WARUM?

„Anhand der Stimme entscheiden wir, ob jemand vertrauensvoll und sympathisch ist. Vertrauen ist der wichtigste Messpunkt im Geschäfts- und Privatleben. Die Stimme, das Sprechen und die Körpersprache haben einen ungemeinen Einfluss auf unseren ersten Eindruck. Und der bleibt hängen.

Die Stimme ist unsere akustische Visitenkarte - wir tragen sie immer bei uns und überreichen sie bereits beim ersten "Hallo". Im Zeitalter der Maschinen ist es substanziell mit Persönlichkeit zu punkten. Unsere Stimme ist ein Spiegel unseres Selbst. Wer gut und ausdrucksstark reden kann, der wird auch gehört, dem wird zugehört!“

Das meint Anna Lichtenstein, die Sie sehr gern zu den Weiterbildungsangeboten „Stimm- und Sprechtraining“ begrüßen würde. Sie ist Stimmtrainerin, Gesangslehrerin, Sprecherin und Sängerin. Für viele Menschen, die in der Kultur bzw. in der Kulturellen Bildung tätig sind, ist die Stimme eines der wesentlichsten Instrumente.

Die Netzwerkstelle Kulturelle Bildung im Kulturräum Erzgebirge-Mittelsachsen bietet Ihnen zwei Möglichkeiten, Ihre Stimme bewusster kennen zu lernen, den Umgang mit ihr zu trainieren und sie differenziert und zielgerichtet einzusetzen.

Beide Workshops sind inhaltlich gleich und kostenfrei.

ACHTUNG:

Die Anzahl der Teilnehmenden ist auf 12 Personen begrenzt.

Sollte das Interesse größer sein, bieten wir gern weitere Veranstaltungen an. Darüber hinaus sind zu einem späteren Zeitpunkt mit Anna Lichtenstein auch Veranstaltungen unter dem Titel „Lebendig Präsentieren“ möglich.

Ihre verbindliche Anmeldung übersenden Sie bitte bis zum 30.08.2019 mittels beigefügtem Anmeldeformular.

E-Mail: info@kultur.plus oder Fax: 0375/56989004

Die konkreten Räumlichkeiten werden noch mitgeteilt.

Eine Veranstaltung des
Kulturräum Erzgebirge-Mittelsachsen
Netzwerkstelle Kulturelle Bildung
Am Mörbitzbach 10 | 09557 Flöha



Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes.

ATME DICH FREI!

- + Kennenlernen einer gesunden Atemtechnik zur Befreiung der Stimme
- + Verbesserung der Körperhaltung und Präsenz
- + Lösung von körperlichen Verspannungen, die einen freien Stimmklang blockieren

HÖRE DIR ZU!

- + Sensibilisierung für die eigene Stimme wecken
- + Sprechen in der richtigen Sprechstimmlage
- + Stimmanalyse durch Hör- und Wahrnehmungstraining
- + Feedback zur Stimmwirkung

STIMM DICH EIN!

- + Verbesserung des Stimmklanges zu einer angenehmen, freien Stimme
- + Wissen zur Stimmgesundheit aneignen
- + Stimmspannungsübungen kennenlernen

SPRICH IM FLUSS!

- + Aufbau einer flüssigen und verständlichen Aussprache
- + Dialekt und Sprechblockaden abbauen Lösung der Artikulationswerkzeuge (Zunge, Lippen, Kiefer)
- + Kontrolle der Sprechgeschwindigkeit

Ziel:

- + Eine angenehme, souveräne und freundliche Stimme
- + Eine klare und deutliche Aussprache

Weitere Informationen:

www.stimmts.net

www.kulturräum-erzgebirge-mittelsachsen.de