

Mareike Andersen
Die Lebendigkeit in der Musik



Die eigene Stimme erheben

Embodied
Singing

Jahresgruppe 2019/20 | KörperStimme
Start 15. November | Naturschutzgebiet Havelland



Die eigene Stimme erheben

Jahresgruppe 2019/20 | Havelland

Welche Kraft wird in deiner Stimme frei, wenn du mit ihr und deinem Körper verwurzelt und verbunden bist? Welche ganz eigene und lebendige Ausdruckskraft ruht in jedem von uns?

Wir werden über vier Wochenenden in einer Gruppe thematisch aufbauend:

- mit der Stimme von Fuß bis Kopf durch den Körper wandern
- die Wirkung von Resonanz in dir, im eigenen Körper und mit Anderen erleben
- Selbstorganisationsprozesse der Stimme durch die Verbindung mit dem Körper erfahren
- den eigenen Weg für die Stimme aufspüren: Was braucht jeder einzelne, damit die eigene Stimme sich gerne öffnet?
- die Vielfalt eigener Ausdruckskraft und eigener Stärke entfalten
- unbeabsichtigte Momente (z. B. eine brüchige Stimme, Scheuheit) durch erweiterte Wahrnehmung* als Verbündete und als kreatives Potenzial kennenlernen
- in Einzelarbeit eigenen Themen Raum geben
- Unerhörtes hörbar werden lassen und die Lebendigkeit der eigenen Stimme in Improvisation und Liedern entdecken im Solo, in Kleingruppen und im Ensemble.

* P.O.P Prozessarbeit mit dem unbeabsichtigten Moment in der Musik, L.Arye/A. Mindell



Das Programm umfasst

- **Körperarbeit | erfahrbare Anatomie**
- **Bewegung | Authentic movement**
- **Improvisationen | Lieder | Texte**
- **georgische Gesänge/Chor**
- **verschiedene kreative Ausdrucksmittel als Unterstützung für die eigene Stimme**

Mit der Stimme durch die Vertikale von den Füßen über das Becken bis zum Kopf wandern. Von den Wurzeln bis zur Krone. Wir werden die Natur, die uns umgibt, in die jeweiligen Themen miteinbeziehen.

- Modul I** Füße, Steiß
Verwurzelung I, Ausrichtung, Kraft, Ruhe
15.-17. November 2019
- Modul II** Becken, Brustkorb
Verwurzelung II, die Kraft der Stimme
27.-29. März 2020
- Modul III** Kopfräume
Helligkeit, Leichtigkeit, Spiel, Krone
15.-17. Mai 2020
- Modul IV** Die Weite der eigenen Ausdruckskraft
StimmWerkstatt
19.-21. Juni 2020

Für alle, die singen wollen, unabhängig vom Grad der Vorerfahrungen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 12.





Termine

Modul I	15.–17. November 2019	Fr. 15.00 – So. 16.00
Modul II	27.–29. März 2020	Fr. 15.00 – So. 16.00
Modul III	15.–17. Mai 2020	Fr. 15.00 – So. 16.00
Modul IV	19.–21. Juni 2020	Fr. 15.00 – So. 16.00

Unterkunft

Ein liebevoll renoviertes Haus im Havelland bei Berlin mit Kamin/Sauna. Direkt am Naturschutzgebiet, Darksy Reservate an einem großem See mit Kranichen und Wildgänsen.

Seminarkosten für 4 Module

Frühbucherpreis: bis 23. Juli 2019 = 890,00 EUR
Vollpreis: ab 23. Juli 2019 = 980,00 EUR
Eine individuelle Ratenzahlung ist möglich.
Zzgl. Unterkunftskosten ab 52 EUR pro Wochenende

Weitere Fragen, Informationen & Anmeldung unter:
info@mareike-andersen.de oder 030/618 39 24.



Kursleitung

Mareike Andersen

Gesangs- und Stimmlehrerin, Chorleiterin

Anders.Singen, Berlin 030/6183924

info@mareike-andersen.de, www.anders-singen.de

Vorausschau Für Interessierte an einer Fortsetzung der Jahresgruppe gibt es die Möglichkeit an einem Bühnen- und Konzertprojekt teilzunehmen.