



Organisatorische Hinweise

Beginn: Freitag, 17.11.17 17.00 Uhr
Ende: Samstag, 18.11.17, 17.00 Uhr

Leitung: Dr. Ulrike Kehler, Alexander Rolfes

Kosten: 82,- € im Einzelzimmer
72,- € im Doppelzimmer

Bitte bringen Sie bequeme Schuhe mit.

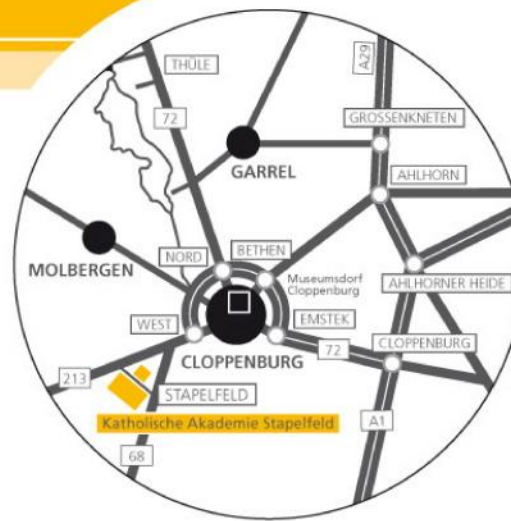
Unsere Gäste werden in Einzel- oder Doppelzimmern untergebracht, die alle mit WC/DU ausgestattet sind. Die ausgewiesenen Gebühren enthalten Verpflegung, Übernachtung und Seminarkosten. Nicht in Anspruch genommene Mahlzeiten oder Leistungen werden nicht erstattet. Ebenso ist eine teilweise Erstattung der Gebühren bei vorzeitiger Abreise nicht möglich. Weitere Hinweise zu den Geschäftsbedingungen finden Sie unter www.ka-stapelfeld.de.

Anmeldung

Bitte im Internet unter
www.ka-stapelfeld.de/programm
oder im Sekretariat bei Frau Steiner-du Poel:

Tel.: 04471 / 188 11 28
Fax: 04471 / 188 11 66
E-Mail: vsteiner@ka-stapelfeld.de

Eine Bestätigung Ihrer Anmeldung erfolgt mit der Zusendung der Rechnung über die Seminarkosten.



Anreise

PKW: Die Katholische Akademie Stapelfeld liegt 5 km südwestlich von Cloppenburg. Bitte beachten Sie das Schild »Katholische Akademie Stapelfeld« an der B213 bzw. an der B68 von Osnabrück kommend. Wenn Sie die Autobahn A1 benutzen, nehmen Sie die Abfahrt Cloppenburg. Bitte fahren Sie Richtung Cloppenburg auf der B72, die in die B213 übergeht. Nach 19,5 km in Fahrtrichtung Lingen erreichen Sie Stapelfeld.

Bahn: Bahnhof Cloppenburg. Auf telefonische Anfrage bestellen wir Ihnen gerne ein Taxi (Tel. 0 44 71/188-0).

Unseren Gästen stehen zur Verfügung:

- Hallenschwimmbad
- Grillhütte
- Gemütliche Bierstube
- Fahrradverleih
- Atelier-Café
- Bibliothek
- Tischtennishalle
- Hauskapelle
- Sportplatz/Boule-Bahn

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Unsere »Allgemeinen Geschäftsbedingungen« (AGB) finden Sie im Jahresprogramm oder auf unserer Homepage. Auf Wunsch schicken wir sie Ihnen gerne zu.

Jahresprogramm

Gerne senden wir Ihnen ein Exemplar des aktuellen Jahresprogramms zu. Sie können es jederzeit telefonisch, schriftlich oder per E-Mail anfordern.

Balsam für die Stimme



Der Sing- und Sprechstimme etwas Gutes tun

Seminar vom 17. bis 18.11.2017

Balsam für die Stimme

Der Sing- und Sprechstimme etwas Gutes tun

"Dir scheint's ja richtig gut zu gehen!" Bestimmt haben Sie schon erlebt, dass Freunde bei einem Telefonat bereits an der Begrüßung merkten, dass Sie gerade besonders guter Stimmung sind. Unsere Stimme vermittelt eben nicht nur Inhalte, sondern auch Emotionen. Nicht umsonst leitet sich der "Persönlichkeit" vom lateinischen Verb für "durchtönen" ab. Wir laden Sie ein, Ihrer Stimme mit Übungen für Atem, Körperhaltung und Klang etwas Gutes zu tun. Dabei bringen wir die Stimme in ihren beiden Ausprägungen Sprechen und Singen zum Schwingen.

Wir beginnen damit, einen eutonon Stand zu finden, also eine Haltung aufzubauen, die der natürlichen Tonproduktion förderlich ist, nicht zuletzt, weil sie positive Atemführung begünstigt. Das, was den ganzen Tag über automatisch ganz wunderbar funktioniert, nämlich das Atmen, wird bei bewusstem Sprechen oder beim Singen nicht selten zum Problem. Deshalb wenden wir uns der Bauch-, Flanken-, Rücken- und Rippenatmung zu und nehmen unsere Zwerchfellaktivität unter die Lupe. Durch Artikulationsübungen lernen wir, reflexartige Atemprozesse besser zu nutzen. Übungen zum dosierten Abgeben unseres Atems helfen uns, Spannung in Tönen zu halten.

Unserer Stimme etwas Gutes tun, heißt auch, uns damit zu beschäftigen, was die Stimme ermüdet, sie rau und brüchig klingen lässt, kurzum sie heiser macht. Schnell passiert es, dass wir bei langem Sprechen und Singen oder beim Erzählen vor anderen zu viel Druck erzeugen oder den Mund- und Rachenraum eng machen. In Übungen und kleinen Texten und Liedern arbeiten wir an einer entspannten, belastbaren, klangvollen Tonproduktion.

Das Dozententeam



Alexander Rolfes ist seit 2014 als Dozent für den Fachbereich Rhetorik, Kommunikation und Theaterpraxis an der Katholischen Akademie Stapelfeld. Er ist Sprechwissenschaftler (DGSS), Hörbuch- und Hörspielsprecher.



Dr. Ulrike Kehler ist seit 2013 als Musikdozentin an der Katholischen Akademie Stapelfeld tätig. Ihr vielfältiges Arbeitsfeld umfasst u.a. die Arbeit mit Chören und Vokalensembles. Gemeinsam mit Gesangspädagogin Beate Stanko veranstaltet sie auch Stimmbildungsseminare für individual teilnehmende Gäste.

Programm

Freitag, 17.11.17

bis 17.00 Uhr: Anreise und Stehkafee
17.00-18.30 Uhr: Einheit 1
18.30-19.30 Uhr: Abendessen
19.30-20.30 Uhr: Einheit 2

Samstag, 18.11.17

08.15-09.00 Uhr: Frühstück
09.15-10.45 Uhr: Einheit 3
10.45-11.15 Uhr: Stehkafee
11.15-12.30 Uhr: Einheit 4
12.30-14.00 Uhr: Mittagessen
14.00-15.30 Uhr: Einheit 5
15.30-16.00 Uhr: Kaffee und Kuchen
16.00-17.00 Uhr: Einheit 6