

selbsterfahrungs-workshop

klang körper - körper klang

was?

einen **workshop** für menschen, die gerne mit ihrer stimme experimentieren, oder sie neu entdecken wollen & über den eigenen, einzigartigen klang-körper mehr von sich selbst kennen lernen wollen.

wer ?

für alle jene, die
* an veränderungsprozessen interessiert sind
* sich selbst mit stimme & körper wahrnehmen wollen
* eigene innere & äußere ressonanzen bewusst erleben wollen
* ihr selbst-bewusstsein steigern wollen
* ect. ...

was uns wichtig ist ...

... wir begleiten sie gerne auf die reise zu sich selbst, gehen davon aus, dass sie die **expertInnen** ihres lebens sind und sehen uns in der rolle der katalysatorinnen ihrer entwicklungsprozesse

... wir gehen davon aus, dass sie als gesunder mensch neugierig darauf sind, selbsterkenntnisse über körperorientierte methoden zu erleben

WOZU ?

- * bewusstes erleben des eigenen klang-körpers durch die individualität der eigen stimme
- * körperwahrnehmung mit dem fokus auf atmung, stimme, töne & ressonanzen
- * erkennen von eignen hinderlichen mustern und blockaden
- * sich selbst zeit & aufmerksamkeit schenken
- * bewusstseinsbildung für aktive psychohygiene
- * erleben der eigenen und der anderen „stimm-welten“
- * spaß & freude

kontakt

ing. msc. evelyn doms
0699 1 710 41 41
entwickeln@aon.at
www.entwickeln.at

dipl. päd. martina petz
0676 74 52 155
martina.petz@a1.net
www.martinapetz.at

ansprechpartnerinnen

ing. evelyn doms, msc
systemische familientherapeutin
systemischer coach

dipl. päd. martina petz
jazz-und chansonsängerin
liedermacherin
dozentin für jazz- und popgesang

rahmenbedingungen

wer?

6 – 12 teilnehmerinnen
1 1/2 Tage € 250,-

wann?

sa, 20.10.2018 von 09.00 – 20.00 h
so, 21.10.2018 von 09.00 – 13.00 h

wo?

in wien