

Stimme im Einklang

Stimmig und authentisch sprechen, diskutieren und präsentieren

Ein Seminar mit **Monika Holzmann**
21. November 2015, Freistadt/OÖ

Wozu dieses Seminar?

Möchten Sie mehr Klang, Tragfähigkeit, Resonanz und Ausdruck in Ihre Stimme bringen, bei Ihren Gesprächspartner/-innen sicher ankommen und in einen balancierten Dialog eintauchen? In diesem Seminar finden Sie vielfältige und wirkungsvolle Übungen, um zu den Ihnen eigenen Ressourcen zu gelangen und diese konkret einzusetzen!

Sie lernen:

- die Stimme auf dem natürlichen Atem, druckfrei, resonant, klar zu verwenden
- differenzierte Artikulation, mühelose Atemluftergänzung
- sinnverbundene Phrasierung und Intonation
- Leichtigkeit und Stimmemotion

Ziel dieses Seminars

Ziel ist die Stärkung Ihrer persönlichen, authentischen Stimme als zuverlässiger und stimmiger Partner in Beruf und Alltag. Eine Stimme, die Sie in Ihrem Auftritt, bei Ihren Präsentationen und Vorträgen, in Dialogen und Gesprächen stärkt und Ihre Präsenz erhöht. Eine Stimme, die gehört wird und Ihnen in privaten und öffentlichen Begegnungen Sicherheit und Wohlbefinden ermöglicht.

Methoden:

Wahrnehmen- Verändern- Einsetzen auf der Basis von

- Atemrhythmisch angepasster Phonation (AAP nach Coblenzer/ Muhar)
- Alexandertechnik (AT)

Zielgruppen:

Bürgermeister/-innen, Amtsleiter/-innen, Gemeinde- und Stadträt/-innen, Projektträger/-innen und Projektmitarbeiter/-innen, Vereinsobleute, Gemeinderät/-innen, Arbeitskreisleiter/-innen, Arbeitskreismitarbeiter/-innen und alle Interessierten

Wie der Rahmen für das Training aussieht:

- Termin und Arbeitszeit: **Samstag, 21. November, 9 bis 13 Uhr**
- Ort: Gesindehaus des Schlossmuseums Freistadt
- Kosten pro Person: 90 Euro
Im Preis enthalten sind alle Seminarunterlagen, Snacks und Getränke während der Seminarzeiten

Trainerin

Monika Holzmann,

- ist Pädagogin, Trainerin für Stimme und Persönlichkeit, Lehrerin für Alexandertechnik und zweite Vorsitzende des Vereins AT Österreich
- Sängerin und Sprecherin mit langjähriger Auftritts- und Bühnenerfahrung in eigenen künstlerischen Programmen

Angebote:

- Einzel- sowie Gruppencoachings für die Bereiche Atem, Stimme und Persönlichkeit, Sprechen und Gesang, Alexandertechnik
- Chor- und Gesangsensemble
- Schauspiel

www.monikaholzmann.at

Anmeldung/Information:

Das Seminar wird von der Leader-Region Mühlviertler Kernland organisiert und in Zusammenarbeit mit der Stimmtrainerin Monika Holzmann durchgeführt.

Regionalverein Mühlviertler Kernland

Waaggasse 6

4240 Freistadt

+43 7942/75111

conny.wernitznig@leader-kernland.at