



Termine

Gruppen- und Einzelarbeit - Angebote 2020

Atem und Bewegung

Mittwochs fortlaufender Kurs von 19.00 - 20.30 Uhr

Kosten: pro Abend 13 Euro

max. 8 TeilnehmerInnen/Einstieg für Anfänger

jederzeit möglich, bitte telefonisch anmelden

und für alle, die nicht regelmäßig am Wochenkurs teilnehmen können

Samstag von 10.30 bis 14.30 Uhr inkl. Teepause

Termine: 14.3., 16.5., 4.7., 19.9., 21.11.2020

Kosten: 40 Euro

Anmeldefrist: bis 5 Tage vor dem Termin

Vokalatemraumarbeit nach Ilse Middendorf

für Menschen, die den Erfahrbaren Atem, z. B. durch Kurse

oder eigene Arbeit kennen und für Sängerinnen und Sänger

Samstag von 10.30 bis 14.30 Uhr inkl. Teepause

Termine: 15.2., 25.4., 6.6., 22.8., 24.10., 12.12.2020

Kosten: 40 Euro

Anmeldung bis 5 Tage vor dem Termin

Atem und Bewegung – zum Entspannen und Wohlfühlen

Kurs für Paare und Freunde

mit Partnerübungen zum Sammeln von neuen

Atem- und Körpererfahrungen und für gemeinsames Üben im Alltag

Freitag von 18.00 bis 20.00 Uhr

Termine: 24.4., 15.5., 5.6., 3.7., 21.8., 18.9.2020

Samstag von 15.00 bis 17.00 Uhr

Termine: 15.2., 14.3., 24.10., 21.11., 12.12.2020

Kosten: 50 Euro/pro Paar

Anmeldung jeweils bis 5 Tage vor dem Termin

Wochenende im Odenwald

Kurs zum Erfahrbaren Atem an Pfingsten

vom 29. bis 31. Mai 2020 und Wandern am 1.6.2020 in Hassenroth/Odw.

Bei Interesse bitte Prospekt anfordern! Telefon: 06151-76758 oder

e-mail: info@siebeneichner.de

Atem Einzelarbeit/Atembehandlung

Termine nach Absprache

Kursorte

Gruppen in der Praxis für Supervision Hölgesstr. 11, 64283 Darmstadt

Einzelarbeit in der Kaupstr. 54, 64289 Darmstadt

Vertiefungskurse

für alle, die sich schon länger mit dem Erfahrbaren Atem beschäftigen

Samstags, Termine stehen noch nicht fest

Kosten: pro Termin 50 Euro

Anmeldefrist: bis 5 Tage vor dem Termin

Kurse bei anderen Veranstaltern

Volkshochschule Dietzenbach

Mit Atemkraft die Beweglichkeit der Gelenke unterstützen

Die Durchlässigkeit der Atembewegung zu fördern, unterstützt die Beweglichkeit der Gelenke. Unser Atem bewegt uns durch und durch. Diese im Alltag oft unbewusste Atembewegung ist, mit den ihr eigenen Gesetzmäßigkeiten, unserer Erfahrung zugänglich. Mittels der Übungsweisen von Prof. Ilse Middendorf (Dehnungen und Lockerungsübungen), sowie mit der Arbeit mit Druckpunkten, werden das Empfindungsbewusstsein und die Wahrnehmungsfähigkeit für den Atem und die Durchlässigkeit der Atembewegung gefördert. Dadurch kann auch die Beweglichkeit der Gelenke auf sanfte Weise unterstützt werden. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und dicke Socken

Montags von 15.00 - 16.30 Uhr, Kursbeginn 19.11.2020, Kurs-Nr. Di I 120

11 Termine, Kosten stehen noch nicht fest

in der VHS-Dietzenbach, M1 Bewegungshalle

Workshop: Atem und Stimme

Dieser Workshop richtet sich an Sänger/innen und Menschen, die im Beruf viel sprechen. Sie erhalten einen Einblick in Übungen, die über Bewusstsein der Atembewegung und Empfindungen den Muskeltonus, die Aufrichtung und den Stand fördern und so zur Kräftigung der Töne und dem Aufblühen der Resonanzräume beitragen. Der Atem wird ins Fließen gebracht, die Atemwelle breitet sich im Körper aus und wird zum Klangraum der Töne. Jeder Vokal füllt durch seine Schwingungen einen eigenen Vokal-Atemraum. Je deutlicher dieser empfunden wird, um so grösser werden Klang und Fülle des Tones.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und dicke Socken

Samstag 28.11.2020, von 10.00 bis 13.00 Uhr, Kurs-Nr. Di I 121

Kosten: 16 Euro, ermäßigt 13 Euro

in der VHS-Dietzenbach, M1 Bewegungshalle

Informationen zur Anmeldung

bitte über die VHS, Telefon 06074-812266

www.vhs-dietzenbach.de

Ev. Erwachsenenbildung Darmstadt

Mit Atemkraft den Rücken stärken

Termin: Samstag 7.11.2020, 9.30 bis 12.30 Uhr
in der Praxis für Supervision, Hölgesstr. 11, Darmstadt
Kosten: stehen noch nicht fest

Anmeldung bei der Ev. Erwachsenenhilfe,
Rheinstr. 31, 64283 Darmstadt
Tel. 06151-1362430, Fax 06151-1362429, e-mail: eeb@evangelisches-darmstadt.de

Meiner Stimme Kraft und Fülle geben

Atemvokalraumarbeit nach Prof. Ilse Middendorf
Workshop für SängerInnen und Menschen, die im Beruf viel sprechen
Termin: Samstag 7.11.2020, 14.30 bis 17.30 Uhr
in der Praxis für Supervision, Hölgesstr. 11, Darmstadt
Kosten: stehen noch nicht fest

Anmeldung bei der Ev. Erwachsenenhilfe,
Rheinstr. 31, 64283 Darmstadt
Tel. 06151-1362430, e-mail: eeb@evangelisches-darmstadt.de

Den „Erfahrbaren Atem“ gemeinsam erleben (ein Kurs für Paare)

Termin: Samstag 21.11.2020, 15.00 bis 17.30 Uhr
in der Praxis für Supervision, Hölgesstr. 11, Darmstadt
Kosten: stehen noch nicht fest

Anmeldung bei der Ev. Erwachsenenhilfe,
Rheinstr. 31, 64283 Darmstadt
Tel. 06151-1362430, e-mail: eeb@evangelisches-darmstadt.de

**Falls Sie noch weitere Informationen zu diesen Kursen wünschen,
bitte ich Sie, mich unter Telefon 06151-76758 anzurufen.**