

Herztöne-Kurs in Bielefeld

In einer kleinen Gruppe erleben wir uns mit unserer Stimme im gemeinsamen Singen und Tönen. Es geht um das bewusste, achtsame Wahrnehmen, wie und wo Singen und Tönen in mir stattfindet, was es mit mir macht und was ich für Möglichkeiten habe, auf meinen Stimmklang einzuwirken. Dabei unterstützen uns



- kurze Melodien, die nur über das Gehör, also ohne Noten-/Textblätter vermittelt und mit vielen Wiederholungen gesungen werden (Mantra)
- Lieder mit berührenden und spirituellen Inhalten
- der Klang der Vielstimmigkeit und Momente der Stille
- die Verbindung von Stimme & Bewegung
- Übungen zur Resonanz und Klangwahrnehmung im Körper
- Achtsamkeit im Miteinander, Freude und Offenheit für etwas Neues

Willkommen sind Menschen mit und ohne Gesangserfahrungen, die gerne aus dem Herzen singen und solche, die es neu für sich entdecken möchten. Je nach Gruppendynamik gestaltet sich der Prozess lebendig, innig, bewegt, mehrstimmig, laut oder leise, immer mit dem Ziel, der eigenen Stimme Herzenswärme zu geben. Max. 10 Teilnehmende, bitte anmelden!

Ort: Herztöne-Raum, Johanneswerkstr. 4, 33611 Bielefeld (Nähe Bahnhof, Stadtwerke)

Termin: dienstags von 19.30 - 21 Uhr, wöchentlich, Kursform mit verbindlicher Anmeldung

Die nächsten Kurstermine: 10.01. – 27.03.2012 (12x), Kursgebühr: 144 €
17.04. – 03.07. 2012 (11x) Kursgebühr: 132 €

Ulrike Schultz leitet seit 2003 Gruppen mit einer Mischung aus Singen von Herzensliedern, sich Wahrnehmen im Klang und Bewegung und nennt es **Herztöne**. Mit Elementen aus der Stimmphysiologie und der True Voice® Arbeit nach Mark Fox motiviert sie in Gruppen und in Einzelbegleitung Menschen, ihren ganz eigenen Herztönen zum Schwingen zu bringen. Die erste CD „Mein Seelenklang“ mit persönlichen Liedern erschien 2009.



Herztöne - Klangvolle Wege ins Herz

Kurse, Workshops, Einzelbegleitung, Klangmassagen
Tel. (0521) 164 20 78 Mail: info@herztoene-singen.de

www.herztoene-singen.de

