



Yoga & Singen
28. - 30. Juni 2024



St. Stefan ob
Stainz

Yoga & Singen leicht gemacht

Es ist Zeit etwas Neues zu singen, etwas Neues zu sagen, etwas Neues zu tun – es ist Zeit, es ist Zeit...

Genußvolle Tage voll Gesang, Rhythmus und tiefen Körpererfahrungen.

Mit Lust, Spaß und Leichtigkeit singen – genau das bietet dir Susanne. Wir jodeln, singen Circle-Songs, Mantren und mehrstimmige Lieder aus aller Welt.

Um eine größere Leichtigkeit beim Singen zu entwickeln beschäftigen wir uns mit dem Zusammenspiel von Atem und Stimme. Rhythustraining und diverse Stimmübungen zur Verbesserung des Klangs werden direkt an den Liedern erprobt. Du wirst beschenkt mit einem gefüllten StimmWerkzeug-, Übungs- und Liederkoffer.

Lebensfreude ist erlernbar.

Also, warum nicht endlich damit beginnen?

Gemeinsam mit Margarete tauchst du im Rhythmus deines Atems ein in deinen Körper. Tiefe Atemzüge sind Magie, dadurch werden vergessene Räume in deiner Beweglichkeit wieder entdeckt und entstaubt – dein Geist wird klar, dein Herz wird ruhig und zufrieden. Du widmest dich in jeder Yogaeinheit einer neuen Körperregion und mobilisierst längst vergessene Ressourcen. Du wirst Kraft als Glück wahrnehmen und durch Bewegung und Atmung den lang ersehnten „Flow“ spüren.

Geeignet für alle Yoga Levels und Stimmen.

Vor allem, wenn du meinst keinen „Yogakörper“ zu haben, oder nicht singen zu können – sei willkommen!

Mitzubringen sind Neugier und die Bereitschaft, sich auf neue Erfahrungen einzulassen.



Beginn: FR, 28.6. um 15.00 Uhr
Ende: SO, 30.6. ca. um 14.00 Uhr

UNTERKUNFT

Hotel Klugbauer, Fallegg 28 | 8563
St. Stefan ob Stainz
03143 8101 | office@klugbauer.at
www.klugbauer.at

KOSTEN

€ 280,- Seminarbeitrag

Unterkunft

€ 106,50,- pro Nacht im DZ inkl. HP

€ 125,50,- pro Nacht im EZ, inkl. HP

Anmeldung bis 10. Juni 2024