



Kursleitung:

Bettine Kampp, Opern – und Konzertsängerin,
Dozentin, Trainerin, Coach, systemische Beraterin,
Therapeutin (DGFS)

Mail: kontakt@bettinekampp.de

Mobil: +49 (0) 157 33 927 848

Ihre Stimme – Ihre Visitenkarte

Das wichtigste Kapital aller Lehrberufe, oder Tätigkeiten mit ausgeprägtem Kommunikationsschwerpunkt ist neben Fachkompetenz Ihre eigene Stimme. Erhöhen Sie Ihre Präsenz und Authentizität durch sicheres Auftreten und eine klare Sprache.

Mit einfachen Übungen können Sie Modulation, Fülle und Belastbarkeit Ihrer Stimme optimieren, Stimmschäden vorbeugen und die Fähigkeiten und Möglichkeiten Ihrer Stimme (neu) entdecken.

Um die eigene Stimme bewusst einsetzen zu können, werden verschiedene Bausteine, die jedem zur Verfügung stehen logisch zusammengeführt:
Körperhaltung, Atmung, Resonanzräume und Stimmfunktionen

Damit die Funktionsweise des Stimmapparates deutlich wird, erhalten Sie neben den praktischen Übungen auch einen Überblick über die anatomischen Vorgänge beim Einsatz der Stimme.

Ziel ist ein natürlicher und gesunder Umgang mit der Stimme, Tonbildung, Weitung des Vokaltraktes und die Öffnung der Resonanzen für eine klare Artikulation. Sie lernen den bewussten Einsatz von Körper, Atmung und Stimme u.a. mit Elementen aus funktionaler Stimmbildung und Elementen der Feldenkrais-Methode.

Freuen Sie sich auf:

- den gemeinsamen Austausch über Ihre Anliegen
- ein positives Mindset um Ihre Ziele zu erreichen
- eine neue Wahrnehmung Ihrer Stimme
- Unterstützung Ihrer Authentizität
- Erweiterung Ihrer Kompetenzen
- Umgang mit Nervosität
- Erlernen positiver Kommunikation
- Hilfe zur Selbsthilfe
- ein individuell erstelltes Übungsprogramm

Meine Arbeitsweise:

- Atemschulung
- Körperarbeit u.a. mit Elementen der Feldenkrais - Methode und funktionalem Stimmtraining
- Öffnung der Resonanzräume
- Öffnung des Vokaltraktes
- Optimierung der Belastbarkeit Ihrer Stimme
- Schonender Umgang mit der Stimme
- Klare Artikulation
- Vermittlung der Funktionen des Stimmapparates
- Vorbeugung von Stimmschäden
- Entspannungstechniken

Kursunterlagen:

Jeder Teilnehmer*in erhält die erarbeiteten Übungsabläufe und weitere Informationen. Auf Wunsch können Sie ein individuell passendes Übungsprogramm erhalten.

Weitere Informationen:

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, einen Weinkorken, einen Tennisball und ein Taschenbuch mitbringen.

Preise auf Anfrage

Intensives Tagesseminar in kleiner Gruppe

Teilnehmerzahl: ab 5, maximal 12 Personen

Zeitraum: 10:00 – 17:00 Uhr (mit Pause)

Wochenendseminar in kleiner Gruppe

Teilnehmerzahl: ab 5, maximal 12 Personen

Zeitraum Samstag und Sonntag jeweils: 10:00 – 14:00 (mit Pause)

Einzelcoaching:

Eine Einheit: 50 Minuten

Pakete mit 5 oder 10 Einheiten buchbar

Kursleitung:

Bettine Kampp, Opern – und Konzertsängerin,

Stimme-System-Persönlichkeit

Dozentin, Trainerin, Coach, systemische Beraterin

Mail: kontakt@bettinekampp.de

Mobil: +49 (0) 157 33 927 848

www.bettinekampp.de