Praktische Stimm-, Atem- und Körperphysiologie

Workshops 2021

Leitung und Durchführung: Michael Blume
Dozent für Gesang und sängerische Körperschulung ZHdK, Gesangspädagoge, Lehrer der Lichtenberger Methode, Stimm- und Musikphysiologe, Sänger

---

Liebe Interessierte der Stimm-, Atem- und Körperphysiologie

Es freut mich sehr, dass wir wieder in den «normalen» Workshop-Alltag zurückfinden dürfen. Unter Einhaltung der notwendigen Schutzkonzepte und mit grosser Sorgfalt um das Wohl der Teilnehmenden freue ich mich auf die kommenden **Themen-Workshops** im 2. Halbjahr 2021.

Termine
4.9. / 2.10. / 30.10. / 27.11.2021

Zeiten
von 9 – 17.30h

Über meine **neue Website** **https://klangkuenste.ch/** ist es möglich, sich für die verschiedenen Angebote anzumelden bzw. Termine zu buchen.

Ich brenne darauf, mein Wissen zu teilen!

Herzliche Grüsse
Michael Blume

Klangkünste
Michael Blume Dörfli 8 8777 Betschwanden / Brauerstrasse 102 8004 Zürich
https://klangkuenste.ch/ und mailto:klangkuenste@sunrise.ch
+41 76 379 81 01

Themen-Workshops 2. Jahreshälfte 2021

Samstag 4. September 2021

Schwerpunkt: Stimme- und Atemstimulierende Bewegungs- und Haltungsmuster «Funktional Training»

- Stand- und Aufrichtung
- Körperzentrum und stabile Mitte
- Die Beziehung der Beine zu Körpermitte, Becken, Atmung und Phonation
- Die Beziehung der Arme zu Körpermitte, Brustkorb, Atmung und Phonation
- Stimme und Atmung im Spannungsfeld zwischen Flexibilität, Stabilisation, Unter- und Überdrucktendenzen im Körper
- Wege zu einem optimal reagiblen Druckaufbau im Körper bei der Phonation
- Atem- und stimmfördernde Bewegungs- und Haltungsmuster
- Atem- und stimmhemmende Bewegungs- und Haltungsmuster

Samstag 2. Oktober 2021

Schwerpunkt: Atemmechanik und Stimme

- Atemmechanik - Wirbelsäule, Kopf und Becken
- Atemmechanik – Brustkorb
- Atemmechanik – Bauchraum
- Die Doppelventilfunktion des Kehlkopfs: ein Schlüssel zum Verständnis der Atemregulation beim Singen und Sprechen
- Die Koordination der Atmung mit der Kehlkopffunktion
- Die tiefgeführte Atmung

Samstag 30. Oktober 2021

Schwerpunkt: Die Welt des Hörens – Die Rolle des Sinnesorgans OHR für die Stimmfunktion und die Körperorganistation

- Das Abenteuer des Hörens und seine Bedeutung für Klangstruktur und Körperorganisation
- Perspektiven des Hörens – Balance zwischen Innen- und Aussenwahrnehmung
- Klangorientierung – Handlungsorientierung > ein Perspektivenwechsel
- Die Ohren als Hör-, Gleichgewichts- und Sinnesorgan
- Das Prinzip der Echo-Ortung und sein Stimmfunktionsregulierendes Potential
- Die Sängerformanten und ihre Bedeutung im Klangspektrum

Klangkünste
Michael Blume Dörfli 8 8777 Betschwanden / Brauerstrasse 102 8004 Zürich
https://klangkuenste.ch/ und mailto:klangkuenste@sunrise.ch
+41 76 379 81 01

Samstag 27. November 2021

Schwerpunkt: Artikulation und Geläufigkeit der Stimme

- Das Zusammenspiel an der Artikulation beteiligter Organe: Kiefer, Lippen, Zunge, Gaumen, Rachen
- Gewohnheitsartikulation versus klang-, und funktionsorientierter Artikulation
- Effiziente Artikulationsmuster als Voraussetzung für Mühelosigkeit, Klarheit der Sprache und Geläufigkeit der Stimme
- Die Register: Koordination zwischen Tonhöhen- und Laustärkeneinstellungen
- Registerkoordination als Voraussetzung für eine geläufige Tonhöhenregulation
- Das Zusammenspiel von Artikulation, Geläufigkeit und Resonanzeinstellungen

Praktische Stimm-, Atem- und Körperphysiologie

Die Workshops widmen sich stimm-, atem- und körperspezifischen **Schwerpunkthemen.** **Physiologische Zusammenhänge** werden auf der Grundlage neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse leicht nachvollziehbar erklärt und beim Singen und Sprechen anwendend untersucht. Die **Beziehungen zwischen der Stimmfunktion und den Bereichen Körperhaltung, Bewegung und Atmung** werden geklärt. Ziel ist eine Entwicklung in Richtung Leichtigkeit und Effizienz und einer gesunden, belastungsfähigen und ausdrucksstarken Stimme.

An wen sind diese Workshops gerichtet?

Die Workshops sind für stimmbegeisterte Menschen aller Altersspparten aus den Bereichen Gesang, Stimmbildung, Logopädie, Körperarbeit, Musik- und Atemtherapie konzipiert, für Menschen mit Sprechberufen und für Personen mit Stimm- oder Atemstörungen.

Arbeitsweise

Durch vielfältige Zugänge wird an der Klangentwicklung gearbeitet, an der Disposition des Körpers, der Qualität der Atembewegungen, ihrer Wirkung auf das Leistungsspektrum der Stimme.

Gruppen- und Einzelarbeit

In Gruppen- und Einzelarbeit geht es um praktische Erfahrungen mit im Stehen, Liegen, Sitzen und Bewegen unter Einbezug von verschiedensten Arbeitsmaterialien.

Pädagogischer Ethos

An die Stelle einer Anweisungspädagogik tritt die Eröffnung eines Erfahrungsfeldes, das Befragen von Phänomenen und das Beschreiben von Erlebtem. Auf dieser Basis soll sinnvolles eigenständiges Üben und Weiterentwickeln angeregt werden.

Ich lade Sie herzlich ein, an diesen spannenden und vielfältigen Angeboten teilzunehmen.

Michael Blume

Klangkünste
Michael Blume Dörfli 8 8777 Betschwanden / Brauerstrasse 102 8004 Zürich
https://klangkuenste.ch/ und mailto:klangkuenste@sunrise.ch
+41 76 379 81 01