

Nimm dir Zeit

Zeit zu atmen

Zeit zu singen

Zeit zu klingen

Zeit für Dich

Datum: Samstag, 18. April 2015
+ Samstag, 13. Juni 2015
+ Samstag, 29. August 2015

Ort: Schreiberring 31, 12101 Berlin

Uhrzeit: jeweils von 10:00 bis 12:15 Uhr

Der Workshop richtet sich an alle Menschen, die in ihrem Alltag einen Ort der Stille und Momente der Ruhe genießen möchten. Die Regeneration von Körper und Stimme ist unser Ziel.

Über Bewegungs- und Atemübungen sowie Vorstellungsbilder finden wir zur Ruhe. Wir lassen den Atem fließen, spüren unseren Körper, nehmen uns selbst wichtig. Mit der gesammelten Kraft lassen wir auch die Stimme zum Einsatz kommen, lassen sie klingen, sie entspannen - weniger im Lied, mehr im freien Tönen. Um diese *Stimmung* in den Alltag zu integrieren, ist der Workshop extra auf drei Termine angelegt.

Mitzubringen sind: warme Socken, eine Decke

Der Workshop umfasst drei (!) Termine, und findet ab vier (max. sechs) Teilnehmern statt.

Kosten: 85,- € für alle drei Termine IBAN: DE94 5206 0410 0003 8010 04

Anmeldeformular

(bitte abtrennen, unterschreiben und mir ggf. senden zum: Schreiberring 31, 12101 Berlin)

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Workshop „Nimm dir Zeit“ an. Mir ist bekannt, dass 80% des Teilnehmerbeitrages im Falle einer Absage meinerseits einbehalten werden. Sollte Frau Kumbier den Workshop absagen, erhalte ich den vollen Betrag zurück. Ich überweise die Kosten von 85 € bis spätestens 15. April 2015 auf das oben angegebene Konto.

Name: _____

Mailadresse: _____

Tel.: _____

Unterschrift