

Feldenkrais Institut Wien
Taborstraße 71, 1020 Wien

jeweils Samstag von 10:00 –17:30 und
Sonntag 09:30 –16:00 Uhr (inkl.Pausen)

EUR 300 pro Seminar
EUR 810 für die gesamte Fortbildung

Anmeldung: www.somart.at

Feldenkrais® - Methode & Atem-Tonus-Ton®

FORTBILDUNG THEMENREIHE

Präsenz und Ausdruckskraft in Aufrichtung & Stimme

Feldenkrais® - Methode & Atem-Tonus-Ton®

mit Angelica Feldmann, Zürich
Christoph Habegger, Wien

Teil 1 Atem und Aufrichtung
Teil 2 Der innere Halt
Teil 3 Die akustische Präsenz

MIT DER DREITEILIGEN THEMENREIHE „PRÄSENZ UND AUSDRUCKSKRAFT IN BEWEGUNG & STIMME“ BEGEGNEN SICH ZWEI METHODEN „ATEM-TONUS-TON“ UND DIE „FELDENKRAIS METHODE“ UND ZWEI INTERNATIONAL ANERKANNTE TRAINER, DIE EINE LANGJÄHRIGE PROFESSIONELLE ZUSAMMENARBEIT UND PRIVATE FREUND-SCHAFT VERBINDET.

DIE DREI SEMINARE SIND AUF EINANDER AUFBAUEND, AN JEDEM WOCHENENDE WIRD EIN VORTRAG VON A. FELDMANN ODER CH. HABEGGER ZUM VERSTÄNDNIS DER THEORETISCHEN HINTERGRÜNDE DER JEWEILIGEN THEMEN BEITRAGEN. ES WERDEN IMMER BEIDE TRAINER ANWESEND SEIN. DIE SEMINARE BIETEN PRAKTISCHE INDIVIDUELLE ERFAHRUNGEN UND ERKENNTNISSE ÜBER BEWEGUNG, ATEM UND KLANG.

EINFACHE BEGLEITENDE BERÜHRUNGSELEMENTE AUS DER FELDENKRAIS METHODE WERDEN EINBEZOGEN, VOR-KENNTNISSE SIND NICHT ERFORDERLICH.

DIE THEMENREIHE WENDET SICH AN MENSCHEN, DIE IHRE INDIVIDUELLE GEISTIG-KÖRPERLICHE PRÄSENZ IM BEWEGEN UND IM STIMMLICHEN AUSDRUCK VERBESSERN MÖCHTEN –OB AUS BERUFLICHEN ODER PERSÖNLICHEN ANLIEGEN –ODER DIESE THEMEN MEHR IN IHRE PROFESSIONELLE (Z.B. KÜNSTLERISCHE, THERAPEUTISCHE ODER VORTRAGENDE) ARBEIT EINBEZIEHEN MÖCHTEN.

Teil 1: Atem und Aufrichtung (14. / 15.04.2018)

Atem und Aufrichtung entwickeln sich in unserem Leben im Zusammenspiel. Boden, Schwerkraft, innere Räume und der Kontakt nach außen können neu entdeckt werden als Hilfestellung für mühelose Aufrichtung, die zu freiem und authentischem körperlichen Ausdruck beiträgt.

Teil 2: Der innere Halt – die Diaphragmenkette (24. / 25.11.2018)

Die Verbindung der inneren queren Schwingböden wie Beckenboden, Zwerchfell, Kehlkopf, Zungengrund und Gaumen schaffen im Zusammenspiel mit den knöchernen Strukturen und dem Bandapparat eine Art des inneren Halts, gefühlt durch Ausdehnung, Volumen und Vitalität in Bewegung, Atem und Klang.

Teil 3: Die akustische Präsenz im sprachlichen Ausdruck (02. / 03.03.2019)

Während Sprache bis zu einem hohen Grad willentlich gesteuert wird, nimmt die Stimme per se eine besondere Stellung ein. In ihr scheint das Unbewusste auf. Sie macht erfahrbar, welche Körperräume belebt werden und welche Anteile der Persönlichkeit ihren Ausdruck finden. Wenn die Person „hinter der Stimme“ aufsteht und sich akustisch Raum nimmt, wachsen Überzeugungskraft und Vertrauen.

Angelica A. Feldmann, Zürich, ist seit vielen Jahren international tätige Trainerin der Feldenkrais Methode und leitet eigene Feldenkrais Ausbildungen in der Schweiz und Österreich. Studium der Erziehungswissenschaften (Master Universität Berlin). Langjährige Tätigkeit als Pädagogin für Tanz und Gestaltung. Weiterbildung am Lichtenberger Institut für angewandte Stimmphysiologie. Sie lebt und arbeitet in eigener Praxis in Zürich in der Schweiz.

www.feldmannmoves.com
www.feldenkraisausbildung-zuerichcity.com



Christoph Habegger, Wien ist Assistenz-Trainer der Feldenkrais-Methode, Atem-Tonus-Ton Ausbilder in Europa und Japan sowie Leiter der Ergänzungsausbildung in Wien. Nach seinem Studium am Konservatorium Wien arbeitete er als Schauspieler und Musicaldarsteller im deutschsprachigen Raum. Er lebt und arbeitet in eigener Praxis in Wien.

www.christophhabegger.com
www.somart.at
www.atem-tonus-ton.com