

ATEM & STIMME in Bewegung



**Aus voller Kehle Lossingen
einen Text mit Präsenz sprechen,
sich eins mit der eigenen Stimme
fühlen:**

Freude am Singen und Sprechen ist
nicht an Professionen gebunden.

**Mein Angebot richtet sich auf vitale
Impulse in Dir und ihre kreative
Umsetzung in Stimme und
Sprache.**

*physio*team

... ATEM:

Unsere Atmung verbindet "Innen" und Außen". Die Quelle unserer Atembewegung vermittelt uns ein direktes Gefühl unseres Lebendigseins. Aus diesem Zentrum werden wir offen für die Kommunikation mit der Umgebung. Wir atmen sie ein, und Ausatem formt sich zu Klang, zu....

...STIMME

Stimmtherapeutische Arbeit, seit 1997 in
logopädischer Praxis
Gesangs-Unterricht bei Ruth Freymüller und
Lukas Plock (Schüler v. Peter Elkus)
Schutzmechanismen (Pressen, Heiserkeit, Stimmverlust) werden zunehmend unnötig, wenn wir der Spur des eigenen Ausdrucks folgen. Wir gestehen uns schiefe und schrille Töne, seltsame Seufzer und grimmiges Grunzen zu. Beim Sprechen und Singen auch rezeptiv zu bleiben, verändert unsere Selbst-Wahrnehmung. Es legt die schwingende, flexible Stimme frei – die uns gehört.

...BEWEGUNG und KÖRPER

Weiterbildung Tiefenpsychologische
Körpertherapie nach Hans Krens
Fortbildungen (Klassische und Intuitive
Massage, Shiatsu, Feldenkrais, Aikido)
Atmen ist Bewegen, Singen und Sprechen sind Bewegen. Sich besser spüren, unsere Bewegungen genießen, sich im eigenen Körper wohl fühlen – wir wünschen uns das und sind doch manchmal verblüfft über die ungewohnte Kraft und Spontaneität. Wir versuchen, sie in unsere Interaktionen zu integrieren und entdecken uns dabei neu.

Einzelarbeit

stimmliche, sprecherische Interessen verfolgen:
Stimm-Training – für sprechintensive Berufe und stimmliche Anforderungen, z.B. Solisten und Ensemblesänger, Singen in Bands
Stimm-Pflege – sich mit der "Störung" versöhnen - für leicht ermüdende oder angestrengte Stimmen

Gruppe

Töne entfalten und für sich entdecken
Gemeinsamkeit im Klang genießen
Spielerisch Neues ausprobieren und Stille erleben



Natascha Arsalan
Staatlich geprüfte Atem.-Sprech und
Stimmlehrerin, Schule Schlaffhorst Andersen
mail : nat_arsalan@yahoo.com

Anmeldung:

**Physioteam
Hannes Hübbe
Heckmannufer 4
10997 Berlin**

tel: 030 611 21 08

fax: 030 612 80 52 8

info@physioteam-berlin.de

www.physioteam-berlin.de