

Zeig was du drauf hast

Seminar für Musiklehrkräfte und Musikstudierende

Leitung Susan Groffmann

Inhalt & Ziel „Musik bedeutet Gleichgewicht. Denn Musik ist alles zugleich: Kopf, Herz und Bauch, Denken, Fühlen und Sinnlichkeit.“ Daniel Barenboim: „Musizieren gehört zu den anspruchsvollsten Tätigkeiten überhaupt. Keine andere Tätigkeit fordert den Menschen so umfassend! Jeder der musiziert weiß, wie viel Engagement es braucht, bis ein Stück steht.“ Untersuchungen zeigen, dass schon sehr junge Musikerinnen und Musiker, sich besonders im psycho-mentalen Bereich sehr schnell belastet fühlen. Dem soll dieser Kurs entgegenwirken durch:

- Gesundes und effektives Üben
- Mentale Stärke für Musikerinnen und Musiker
- Umgang mit Nervosität und Lampenfieber.

„Zeig was du drauf hast“ ist geeignet für alle Instrumentalisten. Das Konzept beruht auf Selbsterfahrung.

Bitte Instrumente und eine Yogamatte mitbringen.

Zielgruppe Musiklehrkräfte und Musikstudierende

Kurs 14

Termin

Sa. 6. Februar 2021 ■ 10:00 – 17:00 Uhr

Ort

Aula der Sparkasse Oberhessen

Am Graben 96 ■ 36341 Lauterbach

Teilnahmegebühr

Euro 85,- (42,50 € für Lehrkräfte des VdM Hessen)

Teilnehmerzahl

max. 15

Anmeldeschluss

6. Januar 2021

DTKV-Ermäßigung

