

13.-15.05.  
Regula Berger:

## Singwochenende: In Stimmung, in Fluss kommen



*Singen mit Herz, Leib und Seele*

Singen öffnet Seele und Geist und bringt den Körper ins gesunde Schwingen. Das Singen fördert die körperliche, seelische Gesundheit und Sozialkompetenz: jeder Mensch kann klingen und singen, jeder Mensch ist aus musikalischen und kosmischen Kräften geboren und kann sich dadurch an heilende ordnende und belebende Kräfte anknüpfen. (Schule der Stimmenthüllung nach Fr. Werbeck-Svärdström ).

Die natürliche Atemkonstitution ist Grundlage für einen gewaltfreien Umgang mit Körper, Atem und Stimme (Einatmer / Ausatmerkonstitution nach Dr.Charlotte Hagena/ Erich Wilk ).

Wir singen einfache Kanons, Kraftlieder, Mantras im Wechsel mit den intensiv wirkenden Übungen aus der Schule der Stimmenthüllung. Im Gruppenüben kann jede/r Teilnehmende auf seinem individuellen Niveau ansetzen und sich bewegen, erweitern, vertiefen. Im Reichtum des Gruppenklangs erreichen wir leichter die Fülle der objektiven Töne und das Gehör kann sich an dieser den Einzelnen übersteigenden Qualität neu orientieren. Das Programm wird „im Tun“ an die Gruppe angepasst.

Datum: 13.-15. Mai 2022, Fr 18 Uhr bis So 13 Uhr

Leitung: **Regula Berger**, Gesangslehrerin, Therapeutin  
[www.kalliope.ch](http://www.kalliope.ch)

Kurskosten: 250 Franken, Reduktion nach Absprache möglich

Übernachtung mit veg./ biol. Vollpension:  
ab CHF 283 im EZ, ab CHF 273 im DZ

Anmeldung: Regula Berger, Brauereiweg 6, 3612 Steffisburg,  
[r.berger@kalliope](mailto:r.berger@kalliope)

Hotel Zum Goldenen Hirschen, Rigi Klösterli  
T: +41 (0) 41 855 05 45, [hotel@kloesterli.ch](mailto:hotel@kloesterli.ch)