

Tagesseminar: Obertongesang und Heiltönen

mit **Birgit Raab**

am **Sa., 24. Nov. 2018, 10 Uhr bis 17 Uhr**

in **Schwabach, Auf der Aich 7**



Birgit Raab entdeckte früh ihre Liebe zu Musik und Klang. Mit 8 Jahren lernte sie das Klavier spielen und brachte sich als Jugendliche selbst das Gitarre und Flöte spielen bei. Ihr Abitur legte sie am musischen Christian-Ernst-Gymnasium in Erlangen ab.

2008 begegnete sie dem Obertonsänger Christopher Amrhein und begeisterte sich für das Tönen und Obertonsingen. Sie erlernte Oberton- und Untertongesang bei Christopher Amrhein, Wolfgang Saus (www.oberton.org) und Sandy Kühn (www.stimmschamanin.de).

Birgit Raab gibt seit einigen Jahren Seminare und Workshops zum Erlernen von Obertonsingen, zur Stimmbildung und Persönlichkeitsentwicklung. Als weiteres Angebot bietet sie Abende zum Heiltönen und Heilsingen an. Sie begleitet das Seminar mit Monochord, Klangbaum, Gubal und Rahmentrommel.

Entdeckungsreise zu Deiner Stimme - Lass Deine Stimme tanzen

am Samstag, 24. November 2018

von 10:00 - 17:00 Uhr in Schwabach

Obertongesang beschreibt Gesangstechniken, mit denen Teiltöne aus dem eigenen Stimmbereich, über eine Veränderung des Mund, Nasen- und Rachenraumes, hörbar gemacht werden.

Obertongesang fördert und erweitert Selbsta Ausdruck sowie Stimm- und Gehörbildung und wird neben dieser Erweiterung des Wahrnehmungsspektrums auch zur Meditation oder begleitend zu Heilungs- und Selbstheilungsprozessen verwendet. Emotionen und Bewusstsein verändern sich mit der Stimmarbeit.

Wirkung der Obertöne

Aktivierung und Vernetzung im Gehirn

Veränderung der eigenen Wahrnehmung

Aktivierung des Potenzials

Wie geht Obertönen?

Wir experimentieren und erforschen die Töne mit Zungen-, Lippen- und Kiefernbebewegungen. Dabei werden die Resonanzen im Mund- und Rachenraum so kombiniert, dass einzelne Obertöne so laut klingen, dass sie als Einzeltöne wahrgenommen werden.

Inhalte des Seminars

- intuitives experimentelles Tönen
- spielerisch eigene Obertöne finden
- Kennenlernen der eigenen Resonanzräume
- Stimme als schwingender Atem
- Steigerung des Stimmvolumens

Auch für Anfänger geeignet!

Kosten: 89 € zzgl. 19% MwSt. pro Person, mind. 6, max. 10 Personen

Ort: Auf der Aich 7 in 91126 Schwabach

Anmeldung oder Infos:

Ganzheitliche Systemische Beratung Birgit Raab, Tel. 09122 1816575,
Mobil 01577 7325145, E-Mail: info@selbstveraenderungen.de

www.selbstveraenderungen.de