



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Die Kraft der Stimme

Mantras und Lieder der Welt. Sing-Seminar

Themenbereich
Musik

Kursbeschreibung

In diesem Seminar werden wir in teilweise mehrstimmige Mantras und Lieder verschiedener Kulturen eintauchen. Die Melodien sind einfach und wiederholen sich. In jedes neue Lied können wir uns sehr schnell einstimmen und mitsingen. Dabei wird der Kopf frei, der Verstand kommt zur Ruhe. Die Stimmen erreichen eine Schwingungsebene, die direkt mit dem Herzen verbindet. Die Sinne werden aufmerksamer, der Geist weitet sich, und die innere Stimme wird wieder hörbar. So nehmen wir mehr wahr, was wir wirklich brauchen und wollen. Der Gesang wird zur Quelle von Kraft und Lebensfreude.

Inhalte des Seminars:

- Atem- und Stimmübungen bauen Stress ab und bringen festgehaltene Gefühle wieder in Fluss.
- Übungen des Vertrauens in die Stimme öffnen die Klangräume und lassen den ganzen Körper zum Instrument werden.
- Geben und Nehmen mit Gesang verbindet uns mit dem inneren Kern und unseren Stärken.
- Singen und Bewegung initiiert Tranceprozesse und nährt die Seele.
- Sing-Rituale verleihen unseren Visionen und Vorhaben Kraft.

Hinweis: Wer noch mehr singen möchte, ist am Sonntag, 28.01. von 18.00 – 20.30 Uhr herzlich zum Abend „Inspiration durch Gesang & Geschichten“ mit Raimund Mauch und Leni Leitgeb eingeladen.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
24.01.2025

Ende
26.01.2025

Kurstage
3

Beginnzeit
19:00 Uhr

Endzeit
12:30 Uhr

Dauer
825 Minuten

Beschreibung Zeit

Freitag, 24. Jänner 25, 19.00 – 21.00 Uhr

Samstag, 25. Jänner 25, 8.00 – 8.45, um 8.45 Uhr gemeinsames Frühstück, 10.00 – 12.30, 15.00 – 18.30 und 20.00 – 21.30 Uhr

Sonntag, 26. Jänner 25, 9.00 – 12.30 Uhr

Ort

Jugendhaus Kassianeum
Brunogasse 2

Zielgruppe

Alle Interessierten



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in
Raimund Mauch

Gebühr
160 € inkl. 22% Mwst.

Anmeldeschluss
10.01.2025

Kursanbieter
Jugendhaus Kassianeum

Detailseite zum Kurs
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/die-kraft-der-stimme-1350/>

Ansprechperson
Angelika Mahlknecht
Tel. +39 0472 279923
Email bildung@jukas.net

Inspiration durch Gesang & Geschichten Mantras und Märchen der Welt: Sing- & Hörgenuss am Abend

Themenbereich
Musik

Kursbeschreibung

Lieder und Geschichten bieten an diesem entspannenden Abend Inspirationen, die ins Leben hineinwirken können. Gemeinsam tauchen wir in die Welt der Mantras ein. Bei einfachen und sich wiederholenden Melodien kommen wir in einen Zustand der zentrierten Ruhe und Gelassenheit. In jedes neue Lied können wir uns sehr schnell einstimmen und mitsingen. Dabei wird der Kopf frei, der Verstand kommt zur Ruhe.

So lassen die erzählten Märchen innere Bilder stark und lebendig werden. Ein Abend, der Freude bereitet und noch lange nachwirken kann.

Hinweis: Wer vertieft in das Singen eintauchen möchte, ist herzlich zum Seminar mit Raimund Mauch „Die Kraft der Stimme“ vom 24. - 26.01.25 eingeladen.

Kurssprache
Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
26.01.2025

Ende
26.01.2025

Kurstage
1

Beginnzeit
18:00 Uhr

Endzeit
20:30 Uhr

Dauer
150 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Jugendhaus Kassianeum
Brunogasse 2

Zielgruppe
Alle Interessierten, die Freude am Mitsingen und Zuhören haben

Referent/in
Leni Leitgeb

Raimund Mauch

Gebühr
15 € für Teilnehmende des Seminars "Die Kraft der Stimme"

Anmeldeschluss
17.01.2025

Kursanbieter
Jugendhaus Kassianeum

Detailseite zum Kurs
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/inspiration-durch-gesang-geschichten-1351/>

Ansprechperson
Angelika Mahlknecht
Tel. +39 0472 279923
Email bildung@jukas.net