

Workshop

Stimm dich frei - ring up your voice!

Mit deiner Stimme zeigst du dich in deiner momentanen Stimmung.

In diesem Workshop reisen wir durch unseren Körper und experimentieren mit unserer Stimme: summend, tönend, laut und leise. Ziel unserer Reise ist ein wohliges Klangmeer!

Inhalt

- Warm-up
- Übungen aus dem Yoga, Tae Kwon Do
- Stillezeit

Bring gerne mit

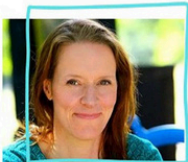
- bequeme Kleidung
- Wasserflasche, kleiner Snack f. d. Pause

Anmeldung: b.apicella@awo-spree-wuhle.de

****Auf Deutsch in einfacher Sprache**

DONNERSTAG, 12.11.26, 14 – 17

**MARIPOSA-Frauenprojekt
Frankfurter Allee 110 - 10247**



Jutta Scherner-Robohm

Diplom-Ökotrophologin
Heilpraktikerin f. Psychotherapie

www.bodybasedsounds.com

