

SLIP FRYGTEN OG

SYNG UD!

kraftsang for generte sangere



SYNG UD!

kraftsang for generte sangere

Er du en af de mange, som længes efter at komme i gang med at synge men føler dig for genert og tilbageholdt, når det gælder dit stemmeudtryk? Dette kursus er tilegnet dig.

Alle med en stemme, bærer personlig kraft og udtryk i den, og alle kan lære at få kontakt til både stemmen, til urkraften der flyder i os alle og til en følelse af indre frihed. I denne gruppe vil du møde ligesindede, som også føler de holder sig tilbage, når det gælder stemmens udtryk - hvadenten det handler om frygt for at tale i en forsamling, mangel på kraft og volumen i stemmen, frygt for at synge, overbevisning om at du synger "falsk", frygt for at blive latterliggjort eller andet.

Du inviteres ind i et trygt rum, hvor vi giver lyd sammen uden nogen former for præstation. Vi arbejder med urstemmen - vores medfødte, rå og utæmmede stemme, for det er netop her, vi finder kraften og modet til at stå ved os selv. Dagen er fyldt med forskellige øvelser, som både involverer kroppen, stemmen

og åndedrættet, og du får smagt på, hvordan din stemme helt automatisk hjælper dig til at åbne op ind til dig selv og ind til et endnu dybere og mere autentisk og personligt stemmeudtryk.

Udtrykket vi arbejder med kaldes intuitiv kraftsang, og dette udtryk har et kæmpe potentiale og en lang række anvendelsesmuligheder. På dette kursus starter vi fra bunden og formålet er først og fremmest at få sluppet frygten for at åbne op og give lyd, frygten for at blive hørt og frygten for at høre sig selv!

Kurset undervises og faciliteres af BirgitteHelena Winther, intuitiv sanger, terapeut og energiarbejder. BirgitteHelena er indehaver af virksomheden Kraftsang og har arbejdet professionelt med terapeutisk stemmearbejde, lydhealing og kraftsang siden 2008 og har en uddannelse som Soul Voice® practitioner og underviser bag sig. Derudover er hun inspireret og kaldet af Moder Jord, Naturen og Elementerne gennem et animistisk livssyn. Mere på www.kraftsang.dk

Alt det praktiske:

Tid: Lørdag den 29. januar 2022 kl. 10 til 17

Sted: Kraftsang, Kildegårdsvej 2, 4270 Høng

Pris: 1050,- inkl. kaffe/te og snacks. Ex. frokost.

Tilmelding: Senest 15. januar 2022 til kontakt@kraftsang.dk eller 50590960

Betaling: mobilepay 50590960 eller konto 9383 4575009552. Betaling sikrer din plads (beløbet refunderes ved afmelding frem til 20. januar 2022)

Medbring på kurset:

- vandflaske
- notesbog og skrivesager
- behageligt, løstsiddende tøj
- evt. sokker og ekstra trøje
- frokost

Vi arbejder indendørs men enkelte øvelser kan foregå udendørs.