



Fingerfertigkeit und Geläufigkeit

Den Körper bewusst wahrnehmen
Den Boden für eine angemessene Körperhaltung bereiten
Freiheit im musikalischen Spiel gewinnen

Tageskurs

Sa, 01. September 2018

Dispokinesis - Die ganzheitliche Körperschulung
www.ganzgeige.ch

ganzgeige.ch



Wie setzen Sie Ihren Körper ein, damit Ihre Finger ungehindert spielen können? Die Geläufigkeit verbessern Sie nicht allein durch Fingerübungen, sondern indem Sie den Körper als Ganzes berücksichtigen. In diesem Kurs können Sie durch Dispokinesis Übungen ohne und mit Instrument entdecken, wie Sie Ihre Körperhaltung gezielt für das freie Spiel nutzen können. Und in einem zweiten Schritt erhalten Sie Impulse und Übungen für Ihre Feinmotorik.

Modularer Kurszyklus

Der Kurs ist Teil eines modular aufgebauten Dispokinesis-Kurszyklus'.

Die Module können einzeln oder als Paket besucht werden.

Weitere Module: Präsenz im entscheidenden Moment, Gesunder Rücken - Freie Schultern, frei atmen.

Zeit & Ort

Die Kurse finden jeweils von 10-16 Uhr im Bewegungsraum backside in Bolligen in unmittelbarer Nähe von Bern statt (15 Min. vom Bahnhof Bern).

Preise

Fr. 190.- für das erste besuchte Kurs-Modul | Fr. 140.- ab dem zweiten Modul

Anmeldung

bis eine Woche vor dem Kursdatum möglich.

Franziska Huber | www.ganzgeige.ch | 076 421 98 99 | franziska@ganzgeige.ch

Ich habe an der Musikhochschule Bern Geige studiert (Lehr- / Konzertdiplom) und in Deutschland die zertifizierte Ausbildung in Dispokinesis abgeschlossen. Konzert-, Unterrichts- und Kurstätigkeit seit 2001.