



**LEITUNG**  
Andrea Vonlanthen

**DATUM**  
Freitag, 14. Januar 2022

**ZEIT**  
14:15 - 18:00

**ORT**  
Pfarreiheim St. Marien, Olten

**ANMELDESCHLUSS**  
Montag, 20. Dezember 2021

**KOSTEN**  
CHF 30

**WEBSITE / ANMELDUNG**

# C'est le ton qui fait la musique - Know-How-Kurs

## Sprechtraining und Stimmschulung für das Auftreten in Schule, Gottesdienst oder Gemeindearbeit

### Kursdetails

Das Stimmorgan ist für Katecheten/innen ein wichtiges Werkzeug. Wie spreche ich gut verständlich und mit klarer Stimme vor kleineren oder grösseren Gruppen, in kleineren oder grossen Räumen ohne meine Stimme zu sehr zu strapazieren oder gar zu schädigen? Wie bekomme ich meine Atemlosigkeit, mein Sprechtempo in den Griff und wie unterstreiche ich das, was ich sage mit meinem Körper? Wir üben ganz praktisch verschiedene Techniken zu Stimme, Sprechen und Körperhaltung. Bequeme Kleidung und Schuhe von Vorteil. Handspiegel und Korkzapfen mitnehmen.

### Ziele

TN sind in der Lage, zur Stärkung und Pflege ihrer Stimme und zur Weiterentwicklung ihrer Auftrittskompetenz verschiedene Techniken des Sprech- und Stimmtrainings anzuwenden

### Inhalte

Theoretische Impulse: Stimme erzeugen / Zeigen, was ich sage  
Sprechtraining, Stimmtraining, Körperarbeit