

Workshop mit Hilde Kappes
„Bin I wos oder Bin I nix...“
Stimme und Identität
Ausdruck und Präsenz
in Bernkastel-Kues an der Mosel

FREITAG: 16. September: 17.00 Uhr - 21.00 Uhr (20€)
für Jugendliche und junge Erwachsene (14 - 24 Jahre)

Samstag: am 17. September; 12.00 - 18.00 Uhr -
für Jugendliche (50€) und Erwachsene 70€:
Stimme - Ausdruck und Identität

Sonntag: am 18. September; ab 12.00 Uhr
Einzel-Sessions (70€) für Jugendliche (50€) in:

- Somatic-Experiencing nach Peter Levine
- Stimme-Atmung & Präsenz
- oder Bühnen - Coaching für Gruppen/Bands/Solisten

Anmeldung bis 14.9. unter hildekappes@gmx.net oder 0173/61 21 187

Der Workshop befasst sich mit dem Einfluss den der persönliche Ausdruck auf unsere Identität und unsere Präsenz hat. Rhythmus, Humor und Spiel (nach „Le JEU“ von Philippe Gaullier*) lassen Bewegung, Stimme, Sprache, Gestik und Mimik lebendig werden. Die Methodik der Rhythmik (Musik -und Bewegungserziehung) sorgt für eine gruppen-dynamisch förderliche Grundstimmung, die uns genügend Sicherheit gibt, den Ausdruck im Miteinander oder ganz individuell zu erforschen. Die neutrale Maske Lecoqs dient uns ausfindig zu machen, wie unser Eindruck der Welt durch die Maske ist und wie unser Gesamt-Ausdruck mit der neutralen weissen Maske auf das Aussen wirkt.

Gewahrseins-Übungen zur Erforschung des „felt-sense“, der Körper-Empfindungswelten und der Sprache des Nervensystems (tools aus somatic experiencing und der Meditation) unterstützen den Prozess.

Der Freitag Abend für Jugendliche geht explizit auf die Themen Jugendlicher ein und besteht aus Gespräch und praktischer Übungszeit. Wiederholung der Themen und weitere Workshops im November. Siehe webseite: www.hildekappes.de

Auf der web-seite www.hildekappes.de finden Sie einen Artikel zum Thema Identität und Ausdruck