Kurs Nr.: 2026 159

24.08.2026-28.08.2026

Titel:	Sprech- und Stimmbildung (Kompaktkurs)
Inhalt:	Unsere Stimme begleitet uns in vielfältigen Situationen des Alltags. Sie kann durch gezielte Übungen in ihrem Ausdruckspotential erweitert werden. Ein erster Schritt hierzu ist, sich der eigenen Stimme und ihrer Wirkung bewusst zu werden. Durch praktische Körper- und Stimm- übungen sowie die individuelle Beratung im Kurs ergeben sich Anknüpfungspunkte, die auch später weiter erprobt werden können.
Info:	Der Kurs ist für alle geeignet, die in sprechintensiven Berufen arbeiten sowie für Interessierte.

1 Tag:	- Organisatorisches und Vorstellung der Inhalte des Kurses (Bedarfsanalyse der Teilnehmenden) - Die Stimme und ihre Begleiter - Kennenlernen in der Gruppe, TN-Interview (Gruppenfeedback) - Übungen zur Haltung
2 Tag:	- Übungen zur Atmung (Wahrnehmung, Anwendung) - Erste Stimmübungen - Lautbildung
3 Tag:	- Stimmentstehung - Übungen zur Lockerung, Stimmführung, Stimmlage, Resonanz - Grundlagen zur Artikulation (Lockerung, Kiefer, Lippen) - Gestaltungsmittel - Individuelle Übungen
4 Tag:	- Stimmhygiene - Übungskompendium (Haltung, Atmung, Stimme) - Anwendungsübungen Stimme und Artikulation - Individuelle Textarbeit
5 Tag:	- Zusammenführung der Übungsfelder - Aufnahme und Gruppenfeedback zum Textsprechen - Auswertung Seminar