

## Stimmiger Körper – verkörperte Stimme

### Durch die Stimme über den Körper zum Selbst vordringen

**Termin:** Mi., 23.7.2025, 18.30 h bis So., 27.7.2025, 14.00 h

**Ort:** ZIST Penzberg, Penzberg

**Kursgebühr:** 760 € (zuzüglich Vollpension)

**Kursnummer:** 250732

**Leitung:** Lisa Sokolov

#### *Kurssprache Englisch mit Übersetzung*

Gerade wer keine Vorbildung und Erfahrung im Singen hat, kann sich über Atem, Ton, Berührung, Imagination und Improvisation in einen Prozess von Erkunden, Erkennen, Lösen, Kräftigen und Integrieren von Körper, Stimme und Selbst begeben. Improvisierend erforschen wir in diesem Sing-Workshop die Quellen und die Kraft des Prozesses, in dem wir unsere Stimme und Musik finden und freisetzen.

Einzelnen, im Duett und als ganze Gruppe arbeiten wir daran, dass die Teilnehmer (m/w/d)

- sich besser in ihrem körperlichen Sein verwurzeln,
- freier und ausdrucksstärker singen,
- ihr Gehör nach außen und innen verfeinern,
- flüssiger werden in der Sprache der Musik,
- eine neue Beziehung zu ihrem eigenen Entwicklungsprozess und ihrem Ausdruck entwickeln und
- zu einer neuen Stärke in energetischer, emotionaler und ausdrucksvoller Lebendigkeit finden.

**Flyer zum Herunterladen**

### Lisa Sokolov

M.A., CMT, ist Full Arts Professor an der *Tisch School of the Arts* der *New York University* und Leiterin des *Institute for Embodied Voice Work*, Institute for the Arts in Psychotherapy. Sie ist eine Pionierin in der Entwicklung von Stimmtechniken in der Musiktherapie, gibt weltweit Konzerte, leitet Workshops in Stimmbildung und hält Vorträge. Ihre CDs sind preisgekrönt, *Presence* gewann die Auszeichnung *Best of the Year Masterpiece* und kam auf die *Best of the Decade list* des *DownBeat Magazine*.

Internet: [www.lisasokolov.com](http://www.lisasokolov.com)

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/selbsterfahrung/stimmiger-koerper-verkoerperte-stimme-0>