

Lichtenberger zangworkshopdag mét klankstoel

zaterdag 19 april 2025

Het instrument van de zanger is het lichaam. Het lichaam dat we de hele dag overal voor inzetten: om te werken, ons te verplaatsen, te eten, na te denken, te rusten en te sporten. In de ideale wereld is het lichaam in balans, is er voldoende inspanning en voldoende ontspanning om weer op te laden. Helaas leven we niet in een ideale wereld en staan de meeste mensen structureel onder te hoge druk. Deze stress en spanning komt letterlijk vast te zitten in het lijf.

En wat doet de Klareson? Op deze klankstoel wordt het lichaam in trilling gebracht door de zachte klanken van de klankinstrumenten, monochords en percussie. Het is een heerlijke stimulatie voor het hele lijf en het brein en geeft ruimte en ontspanning.

De stem profiteert hiervan. En hoe? Volgens het principe dat de klank zich makkelijker kan verplaatsen als er minder weerstand is. En dat gebeurt in het lijf door de Klareson. Er is meer ruimte in alle weefsels en zo kan de stem zich vrijer bewegen. Is het zo simpel? Ja, het is zo simpel!

Op *zaterdag 19 april 2025* bieden Annemiek Harreman en Carla Thierry de mogelijkheid aan 8 zangers/ zangeressen om dit avontuur aan te gaan. Iedere deelnemer krijgt een sessie op de Klareson, waarbij we onderzoeken hoe en of de klank van de stem verandert. Er valt veel te leren als deelnemer maar ook als toehoorder, omdat je dan alle aandacht hebt voor - de verandering in - de klank.

Je hoeft niets voor te bereiden voor deze dag en het is ook niet nodig om ervaring te hebben met zingen of met de Lichtenbergermethode. Iedereen krijgt de les die bij hem/haar past.

De dag is van **10.00 - 16.00** uur inclusief lunch en koffie & thee, Centrum Athanor Hooislagen 9, Lochem. Na de lunch tijd om lekker naar buiten te gaan en een wandeling te maken. Inloop vanaf 9.30 uur.

Kosten: € 175 pp (inclusief biologisch, vegetarische lunch, koffie & thee)

Opgeven kan via info@annemiekmuziek.nl