

# SINGWOCHENENDE in der OAZE

Fr, 29. Juli ab 18.00 - So 31. Juli 18.00 2022

## *Eintauchen/Auftanken/ Freiräume schaffen*

Das WE richtet sich an Menschen, die dem Singen als Ausdruck von Lebensfreude Zeit und Raum in Kombination mit Entspannung und Naturgenuss geben möchten.

Stimmliche Qualitäten (Treffsicherheit, Volumen, Klangfarbe, Resonanzfähigkeit) und individuelle Ausdrucksfacetten können dabei entdeckt und erweitert werden. **Leichtigkeit, Lebendigkeit, Freude** stellen sich ein, wenn wir einfach im **flow** sind! Musikalische/sängerische/chorische Vorerfahrungen sind von Vorteil, allerdings nicht unbedingt notwendig. Die Bereitschaft, sich dem Prozess der eigenen Stimmerforschung innerhalb einer Gemeinschaft zu öffnen, ist ausreichend!

- **Körperliches und stimmliches Aufwärmen mit Atem/Übungen u.a. aus Qigong, Feldenkrais,**
- **freies Tönen, Stimmspiele und Improvisation, gemeinsames Erlernen und Auswendigsingen von Kanons, Mantren, Lieder für die Welt bis hin zu mehrstimmigen Arrangements, je nach Vorkenntnissen bzw. Wünschen der Gruppe.**

Die Tage bieten eine harmonische Mischung aus gemeinsamer Zeit und individueller Urlaubszeit.

**Rahmenzeiten für Körper, Stimme und das gemeinsame Singen:**

**Fr: 19.00-22.00 Sa: 10.00-13.00 19.00-22.00 So: 10.00-13.00 16.00-18.00**

## KOSTEN

**Seminarpreis: 120 Euro/ermäßigt 90 Euro** (Arbeitslose; Menschen mit geringem Einkommen)  
20 Euro Ermäßigung bei Mitnahme eines weiteren Teilnehmenden

Die Anmeldung ist gültig mit einer schriftlichen Bestätigung an [sabinefederspieler@gmail.com](mailto:sabinefederspieler@gmail.com) (mit Angabe der Stimmlage, der Vorerfahrungen) und der Überweisung des Betrages von **50 Euro** auf das **Konto AT46 1912 0198 9307 7310**, lautend auf Sabine Federspieler bei der **Bank 99**. Bei Absage ab zwei Wochen vor Kursbeginn wird die Anzahlung einbehalten, es sei denn, ein Ersatzteilnehmer wird gefunden. Im Falle einer Absage seitens der Leitung wird der volle Betrag rückerstattet.

**Unterkunft und Verpflegung (Vollpension) für beide Tage:**

**140 Euro (EZ) 120 Euro (DZ)**

Ermäßigungen im Ausgleich für Mithilfe in der Küche sind auf Anfrage möglich.

Das **Seminarzentrum OAZE** in Ungarn, ca 2 Autostunden von Wien entfernt, (mit dem Zug nach Pápa) wurde von der Shiatzulehrerin Ingrid Wehrl mit zwei Schwimmteichen und zwei Seminarräume liebevoll und individuell gestaltet.

Das WE findet ab 9 TN statt, ideale Gruppengröße ca 15-20 Leute. Die Anreise ist kann bereits ab Freitag Mittag erfolgen. Um **18.00** nehmen wir die erste Mahlzeit gemeinsam ein. Es wird jeden Tag frisch gekocht, vegan und vegetarisch auf Anfrage. Fahrgemeinschaften können gebildet werden. Bitte bei der Anmeldung bekanntzugeben, wer eine Mitfahrgelegenheit zur Verfügung stellt bzw. wer eine sucht. Von der ungarischen Stadt Pápa ist eine Abholung vom Zug mit Auto für die wenigen letzten km jedenfalls auch möglich.