**STIMM – KLANG – KÖRPER**

In Kontakt mit

unserer Stimme

unserem Körper

unserem Selbst

anderen Menschen

Sein

**Workshop mit Kirsten Willnat-Blasig und Dagmar Heise**

In gemeinsamen Übungen laden wir dazu ein, achtsam mit unserer Stimme und unserem Körper in Kontakt zu kommen. Vom Kehlkopf ausgehend können wir die Schwingung unserer Stimme im ganzen Körper in Resonanz erleben. Wir werden dabei selbst zum Klangkörper - eine im wahrsten Sinne erfüllende Erfahrung. Unsere Stimme wird freier und klingt voller und obertonreicher. Zugleich wird sie flexibler und geschmeidiger, ihr Umfang erweitert sich. Indem wir Stimme und Körper Gutes tun und sie neugierig erforschen, können sie im Einklang miteinander ihr Potential entfalten und für uns eine Quelle für Vitalität, Freude und Gesundheit sein.

**ZEIT:**  **ORT:**

Samstag, 06. September 2025, 15 – 18 Uhr Ashtanga Yoga Aachen, Lothringer Str. 61, 52070 Aachen

75,- Euro

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 beschränkt.

Anmeldung: Kirsten Willnat-Blasig [www.vitavoce.de](http://www.vitavoce.de) oder Dagmar Heise [www.ashtanga-aachen.de](http://www.ashtanga-aachen.de)