



# STIMMTRAINING

ATEM, KÖRPER, SPRECHTRAINING, PRÄSENZ

EIN PRAXISORIENTIERTES SEMINAR:  
ZIELGERICHTET, DYNAMISCH, IN ENTSPANNTER ATMOSPHERE

FÜR ALLE DIE BERUFLICH MIT IHRER STIMME ARBEITEN:  
SCHAUSPIELER\*INNEN, VORTRAGENDE, LEHRER\*INNEN,  
KINDERGÄRTNER\*INNEN

## INHALTE

- Gruppenarbeit und individuelle Arbeit
- Atemtraining mit Körperarbeit
- Stimmtraining: Tragfähigkeit, Stimmsitz, Artikulation
- Stimmanalyse
- Präsenz und Vertrauensgewinn
- Entwicklung eigener Ressourcen um die Stimme nachhaltig zu benutzen
- Stimmhygiene

## ORGANISATORISCHES

- Vor Ort oder Online, beide Formate wurden schon erfolgreich durchgeführt.
- Dauer: 4 Stunden, inkl. 20 Minuten Pause.
- 10 Teilnehmer (circa 10 Minuten pro Person individuelle Arbeit).
- Jeder Teilnehmer soll einen kurzen Text mitbringen oder (noch besser) frei sprechen

**AUCH ANDERE VARIANTEN IN BEZUG AUF ZEITRAHMEN, TEILNEHMERZAHL & GESTALTUNG SIND MÖGLICH.**

## FEEDBACK

### **Maximilian Lütgens, Pädagogischer Mitarbeiter an der KZ-Gedenkstätte Dachau**

Monica Sardi hat für unsere Referent\*innen an der KZ Gedenkstätte Dachau Sprechtrainings-Seminare mit jeweils mehr als 12 Teilnehmenden durchgeführt, sowohl als Präsenz-Seminar als auch als Online-Seminar.

***Diese Seminare sind bei unseren Referent\*innen so gut angekommen***, dass wir bereits weitere derartige Seminare mit Frau Sardi planen.

### **Hans Thiele, Referent KZ-Gedenkstätte Dachau.**

Mit Frau Monica Sardi haben wir eine ganz hervorragende Referentin gehabt. Sie hat für uns eine angenehme Arbeitsumgebung geschaffen und in hochprofessioneller Art uns das Thema Stimmbildung nahegebracht. Ich habe in den 4 Stunden viel gelernt und habe viele sofort praktisch anwendbare Tipps bekommen meine Sprechtechnik weiter zu trainieren und zu verbessern.

***Das beste Seminar das ich in den letzten Jahren besuchen durfte.***

## REFERENZEN: NACH ANFRAGE

SPRECHEN SIE MICH AN: 0176 / 97005767 [INFO@GESANG-CANTO.COM](mailto:INFO@GESANG-CANTO.COM)  
[WWW.GESANG-CANTO.COM](http://WWW.GESANG-CANTO.COM)      [WWW.MONICASARDI.COM](http://WWW.MONICASARDI.COM)