

# „FREI SPIELEN, ATMEN UND SINGEN – FREI SEIN IM AUSDRUCK“

## WORKSHOP DISPOKINESIS



### DOZENT\*IN:

#### **Katharina Gruber**

Querflöte und Jazz-Gesang  
Dispokineterin bei der Europäischen  
Gesellschaft für Dispokinesis  
[www.katharinagruber.de](http://www.katharinagruber.de)

#### **Christian Gruber**

Gitarre  
Dispokineter bei der Europäischen  
Gesellschaft für Dispokinesis  
[www.dispokinesis-gruber.de](http://www.dispokinesis-gruber.de)

### WANN:

**19. – 20. Juli 2025**

Beginn des Kurses am 19.07.2025 um 10:00 Uhr.

### INHALT:

#### **Dispokinesis - Eine Körperarbeit speziell für Musiker**

Die Dispokinesis zeigt Lösungswege auf, über die eigene Körperwahrnehmung zu mehr Leichtigkeit beim Musizieren zu gelangen, um schließlich den emotionalen Gehalt der Musik ungehemmt ausdrücken zu können.

Inhalte sind u.a.:

- I Einführung in die Denk- und Arbeitsweise der Dispokinesis
- II Arbeit mit den sogenannten Urgestalten von Haltung und Bewegung nach G.O. van de Klashorst
- III Praktische Erfahrungsgelegenheiten am Instrument bzw. beim Singen  
Feinmotorik, Atem
- IV Üben
- V Bühne

### ZIELGRUPPE:

Sänger\*innen, Instrumentalist\*innen und Musikpädagog\*innen jeden Alters und Spielniveaus sowie jeglichen Genres.  
Auch Duos und Trios sind herzlich willkommen!  
Maximal 12 Teilnehmer\*innen.

### KOSTEN:

**Kursgebühr** € 215,00 pro Person  
Unterbringung im Gästehaus der Musikakademie,  
½-Doppelzimmer inkl. Vollpension € 65,00 pro Person  
Frühere An- bzw. spätere Abreise € 40,00 je zusätzliche Nacht

### ANMELDUNG :

[www.sawallisch-stiftung.de/musikakademie](http://www.sawallisch-stiftung.de/musikakademie)

