



Liebe Freunde und Bekannte

Der Frühling steht in voller Blüte, und auch wenn das Wetter Kapriolen macht, spürt man doch die Aufbruchstimmung der Natur: Alles spriesst und wächst.

Und so mache ich Sie/Dich gerne auf die kommenden Kurse aufmerksam. Allem voran auf die **Singwochen in Visperterminen im Wallis:**

Vom **29.Juli – 2.August** findet der Kurs für die fortgeschrittenen Sängerinnen und Sänger statt, bei welchem wir von der Pianistin und Organistin Sarah Brunner begleitet werden und wir mit einem Konzert in der Kirche am 2.August am Abend abschliessen.

In der darauffolgenden Woche vom **5.-9.August** findet dann die schon fast traditionelle und beliebte Woche „singen querbeet“ statt: Am Morgen singen und am Nachmittag einfache Wanderungen und singen in einer der zahlreichen Kappellen oder Kirchen, die es in Visperterminen hat.

Dann gibt es **im Mai** mehrere **Sprech-Angebote**, bei denen ich mitwirke. Allen gemeinsam ist die Basisarbeit AAP® (atemrhythmisch angepasste Phonation) nach Coblenzer/Muhar. **Stimmarbeit fördert das motorische, intellektuelle, emotionale und soziale Potential** und ich kann dies allen, die in irgendeiner Form stimmlich gefordert sind wärmstens empfehlen:

Das Tagesseminar „Starke Stimme – Souveräner Auftritt“ am Freitag, 24.Mai 2019 bei mir im Atelier in Zürich.

Am Samstag, 18.Mai von 9.30 – 16.00 findet der jährliche Übungstag des STAAP (Schweizer Teams für atemrhythmisch angepasste Phonation) in Dübendorf statt. Gemeinsam mit Miriam Fahrni gestalte ich einen Teil dieses Tages. Im nachfolgenden Link können Sie/kannst Du weitere Details erfahren oder über eine

---

persönliche Nachricht an

mich [https://zitazimmermann.com/d/data/pdf/STAAP\\_Flyer\\_E02.pdf](https://zitazimmermann.com/d/data/pdf/STAAP_Flyer_E02.pdf)

Am Freitag, den 31.Mai bietet Frau Irene Bucheli in Rothenburg/Luzern den Stimmtag „Wenn die Stimme stimmt, stimmt’s“ an. Auch hier werde ich eine Sequenz des Kurses gestalten. Anmeldungen bitte direkt an Irene

Bucheli: <http://www.buchelly.ch/assets/PDFs/Wenn-die-Stimme-stimmt-31.Mai-2019.pdf>

Und hier die weiteren Kurse in der Übersicht:

### **SINGEN:**

#### **Stimmbildung & Singen über Mittag**

Dienstag, 12.15 -13.15

„zur Ruhe kommen – Verspannungen auflösen – neue Energie tanken. Singen und Stimmbildung in der Kleingruppe. 4-6 Personen. Stimmbildung und Singen von einfachen Liedern, Kanons und Songs.

5-er-Abo 160.- (inkl. Notenmaterial)

#### **Stimmbildung pur (Warteliste)**

**Mittwoch, 10.15 – 11.15**

Körperarbeit und Stimmbildung, 4 Personen

5-er-Abo beträgt 200.-.

Weitere Termine– auch in unregelmässigen Abständen - per doodle für 4-er-Gruppen: Melden Sie sich bei Interesse

### **SINGKURSE 2019 in Visperterminen (Wallis)**

#### **Kurs A: Intensivwoche „Lied - Oper - Oratorium“ für fortgeschrittene Sängerinnen und Sänger**

Dieser Kurs richtet sich an fortgeschrittene Sängerinnen und Sänger mit Gesangserfahrung. In einer kleinen Gruppe wechseln sich individuelle Stimmbildung mit Korrepetition und Ensemblestunden ab. Wenn Du schon lange einmal solistisch oder in einem kleinen Ensemble auftreten wolltest, Dich bis jetzt aber nicht getraut hast, ist das eine ideale Gelegenheit. Oder Du bist schon geübt mit Auftritten, möchtest aber wieder einmal eine ganze Woche in Musik und Gesang eintauchen? Dabei erhältst Du viele stimmbildnerische und musikalische Inputs. Wichtig ist dabei auch ein wohlwollendes Miteinander.

Dazwischen bleibt Zeit zum selber Üben, Wandern oder die Sonne geniessen.

Zum Abschluss gibt es eine musikalische Aufführung in der Kirche. Die Pianistin Sarah Brunner wird mir in dieser Woche zur Seite stehen.

Visperterminen liegt sehr sonnig, eignet sich gut zum Wandern und ist mit ÖV gut erreichbar.

Unterkünfte individuell auf [www.heidadorf.ch](http://www.heidadorf.ch) (Wohnungen), [www.hotel-rothorn.ch](http://www.hotel-rothorn.ch), [www.gebidem.ch](http://www.gebidem.ch)

Montag, 29.Juli 2018 9.30 - Freitag, 2.August 2018 21.30

Kosten Kurs: 600.-

Beschränkte Teilnehmerzahl

#### **Kurs B: "Singen querbeet“ für Anfänger und Fortgeschrittene**

Singst Du gerne und möchtest die Möglichkeiten Deiner Stimme besser kennenlernen, das Stimmvolumen kräftigen, den Tonumfang erweitern und Freude an Deiner Stimme und am Singen entwickeln? Auf dem Programm dieses

Gesangskurses stehen Körperarbeit, eine fundierte und ganzheitliche („klassische“) Stimmbildung und natürlich Singen von mehrstimmigen Liedern und Songs. Im Mittelpunkt steht die Freude am Singen und dem gemeinsamen Musizieren.

Am Morgen 9.30 – 12.00 Stimmbildung, Körperarbeit und chorisches Singen – bei schönem Wetter wandern wir am Nachmittag zu einer der umliegenden Kirchen oder Kapellen und singen das Gelernte. (Bei schlechtem Wetter singen wir im Kurslokal)

Der Mittwoch Nachmittag ist frei. Dazwischen hast Du auch Zeit für

Dich. Visperterminen liegt sehr sonnig, eignet sich gut zum Wandern und ist mit ÖV gut erreichbar. Unterkünfte

individuell auf [www.heidadorf.ch](http://www.heidadorf.ch) (Wohnungen), [www.hotel-rothorn.ch](http://www.hotel-rothorn.ch), [www.gebidem.ch](http://www.gebidem.ch)

Montag, 5.August 2019 14.00 - Freitag, 9.August 2019 ca 17.00

Kosten: 360.- (inkl. Notenmaterial)

Beschränkte Teilnehmerzahl

### **SPRECHEN:**

**Tagesseminar „Starke Stimme – Souveräner Auftritt“**

Freitag, 24.Mai 2019 9.00 – 17.00

350.-/early bird bis 3 Wochen vorher 320.-/inkl. Unterlagen und Pausensnacks

Weitere Termine für Sie/Dich und Ihre/Deine FreundInnen per Doodle möglich.

### **MENTAL- UND RESSOURCENTRAINING:**

**Fit für die (Lebens-) Bühnen: Ressourcentraining mit Meditation & Mentaltraining**

**6 Abende vom Donnerstag 22.August – 26.September 2019**

von 18.00 – 20.00

Darf es auch mal leichter gehen? Möchten Sie/Möchtest Du Ihre/Deine beruflichen und privaten Ziele und Herausforderungen mit mehr Leichtigkeit, positiver Einstellung und sogar Freude verwirklichen? Wünschen Sie/Wünschst Du sich/Dir mehr Gelassenheit in Stresszeiten? Oder einen konstruktiven Umgang mit Lampenfieber? Sind Sie/Bist Du in einer Umbruchsituation und möchten Sie/möchtest Du Ihre/Deine Resilienz stärken?

An 6 Abenden lernen Sie/lernst Du in entspannter und humorvoller

Atmosphäre einfache und wirksame Übungen, mit denen Sie/Du leichter zur Ruhe kommen und Ihren/Deinen Alltag erfolgreich gestalten können/kannst. Dieser Kurs ist sehr ressourcenorientiert und ideal, wenn Sie/Du an persönlichen Zielen und positiven Veränderungen arbeiten möchten/möchtest.

Kurskosten inkl. Unterlagen: 500.-

Nun verbleibe ich mit herzlichen Grüßen und freue mich auf die eine oder andere Begegnung

Ihre/Deine

Zita Zimmermann

---