

Körper & Stimme

FORTBILDUNGSWORKSHOPS FÜR CHORSÄNGER:INNEN

Eine Veranstaltung des



gefördert vom



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR WISSENSCHAFT, FORSCHUNG UND KUNST

Ablauf des Fortbildungstages

Liebe Chorsänger:innen des Friedrich-Silcher-Verbandes,

auch das Jahr 2024 beginnen wir mit dem Fortbildungstag **Körper und Stimme**. Interessierte Sänger:innen jeden Alters können am **Samstag, den 20.01.2024 in Lorch** und am **Samstag, den 03.02.2024 in Mutlangen** von **10:15 bis 14 Uhr** an den in dieser Broschüre ausgeschriebenen Workshops teilnehmen. Wir dürfen neue Workshopleiter begrüßen, die uns mit neuen Workshops und Herangehensweisen frische Einblicke in die Chorarbeit verschaffen. In drei Blöcken besteht die Möglichkeit an drei der insgesamt sechs angebotenen Workshops teilzunehmen. Jeder Workshopleiter wird dazu ein offenes Singen anbieten.

	Xenia Preisenberger	Lea Roller	Lena Bäuerle
10:15h	<i>Begrüßung</i>		
BLOCK 1 10:30 h	Offene Chorarbeit 1	Workshop 3 Körper und Stimme	Workshop 5 Einsingen mit Pop-Kanons und Stimmicals
11:20 h	<i>Pause inkl. Verpflegung</i>		
BLOCK 2 11:40 h	Workshop 1 Stimme – beweglich, frei, gesund	Offene Chorarbeit 2	Workshop 6 Swing Feel im Chor
12:30 h	<i>Pause inkl. Verpflegung</i>		
BLOCK 3 13:00 h	Workshop 2 Frei gesungen - Chorimprovisation	Workshop 4 Stimmhygiene	Offene Chorarbeit 3
13:50 h	<i>Auftritt der offenen Chorarbeit und Verabschiedung</i>		

Workshop 1

Stimme – beweglich, frei, gesund

Der Resonanzraum von Singenden ist ihr eigener Körper. So wollen wir in diesem Workshop unseren Körper als Instrument weiter erfahren und durch spielerische und dennoch ernsthafte Beschäftigung mit dem Zusammenhang von Körper und Stimme zu einem vollen Klang und lebendigem Ausdruck finden. Von der (inneren und äußeren) Bewegtheit zur gesunden Stimme und noch mehr Freude am Singen!

➤ *Themen/Inhalte*

Stimmgesundheit

Stimmbildung

Körperarbeit

➤ *Voraussetzungen*

Offenheit gegenüber Bewegung und Erfahrungen mit dem eigenen Körper

Bequeme Kleidung

Workshop 2

Frei gesungen - Chorimprovisation

Nicht immer braucht es Noten, um gemeinsam zu musizieren und so manches mal singen wir sogar freier, wenn wir nicht an Notentext gebunden sind. So wollen wir verschiedene Arten der Stimmimprovisation erkunden, gemeinsam im Moment künstlerisch und spielerisch agieren und neue Klangwelten erforschen.

➤ *Themen/Inhalte*

Improvisation

➤ *Voraussetzungen*

Offenheit und Freude an Neuem

Workshop 3

Körper und Stimme

Was hat unser Körper eigentlich mit dem Singen zu tun? Der Körper ist das Instrument des Sängers. Nicht nur der Atem und die Atemmuskulatur unseres Körpers spielen beim Singen eine Rolle. Flexibilität und Beweglichkeit, die Wahrnehmung unserer Stimme im Körper sowie eine gute Haltung sind Grundvoraussetzung für einen gesunden und guten Umgang mit dem Singen.

Daher wollen wir unseren Körper als Instrument zum Singen aktivieren und dabei neu wahrnehmen. Wir bringen unseren ganzen Körper in Bewegung, lösen Spannungen, öffnen Resonanz- und Atemräume und verbinden dabei Körper und Stimme.

➤ *Themen/Inhalte*

Körperarbeit

Atemtechniken

Stimmübungen

➤ *Voraussetzungen*

Keine besonderen, Lust auf Bewegung

Workshop 4

Stimmhygiene

Stimmhygiene - ist das so was wie Zähne putzen? In gewissem Sinne ja! Als Sänger:innen belasten und fordern wir unsere Stimme oft stark, manchmal auch zu stark. Doch nicht nur, wenn es Mal zu viel war, ist es wichtig, dass wir uns um die Gesunderhaltung unserer Stimme kümmern - genauso, wie wir unsere Zähne nicht erst dann putzen, wenn wir Zahnschmerzen haben.

In diesem Workshop beschäftigen wir uns damit eigene stimmliche Grenzen zu erkennen, mit Methoden aus der Stimmtherapie sowie Techniken, die vor, während und nach dem Singen dafür sorgen, dass die Stimme gut gepflegt und nicht überlastet wird und so längerfristig keinen Schaden nimmt.

➤ Themen/Inhalte

Stimmpflege und Stimmbildung

stimmliche Grenzen

Elemente der Stimmtherapie

➤ Voraussetzungen

Der Workshop ist für alle Sänger:innen geeignet. Benötigt wird eine Wasserflasche, die zu ca 1/4 mit Trinkwasser gefüllt sein sollte.

Workshop 5

Einsingen mit Pop-Kanons und Stimmicals

Einsingen sollte Freude bereiten, nach Musik klingen und uns damit *in Stimmung* bringen!

Ganz nebenbei werden in diesem Workshop auch stimmbildnerische Aspekte des Popgesangs sowie grundlegende Gehörbildungsübungen durch das mehrstimmige, auswendige Singen vermittelt. Wir üben, ohne es zu merken!

➤ Themen/Inhalte

Stimmbildung Pop

Gehörbildung

Erarbeitung von Pop-Kanons und Stimmicals

➤ Voraussetzungen

Interesse für Popgesang

Workshop 6

Swing Feel im Chor

It Don't Mean a Thing if it Ain't Got That Swing! Diese berühmte Duke Ellington Songzeile spielt in der Jazzwelt eine wichtige Rolle!

Aber wie bringt man ein Stück bzw. einen Chor zum *Swingen*? Und was bedeutet das eigentlich? In diesem Workshop werden dazu rhythmische Grundlagen erlernt. Mit praktischen Körperübungen und Songs wollen wir uns einem Swing Feel annähern und Einblicke erhalten.

➤ Themen/Inhalte

Rhythmus- und Phrasierungsübungen mit Körper und Stimme

Erarbeitung von Songs im Swing Feel

➤ Voraussetzungen

Lust zur Bewegung in Kombination mit Stimme

Die Workshopleiter

Xenia Preisenberger



Xenia Preisenberger ist Sängerin, Chorleiterin, Stimmpädagogin und Organistin und als solche im deutschsprachigen Raum zu erleben. Seit Nov. 2022 leitet sie den Wiener Motettenchor und ist als evang. Diözesan-Kirchenmusikerin in Wien tätig. Darüber hinaus beschäftigt sie sich als ausgebildete Tanzpädagogin intensiv mit dem Zusammenhang von Körper, Stimme und

Persönlichkeit.

Schon seit ihrer Kindheit vielseitig musikalisch aktiv, nahm sie 2010 ihr Kirchen- und Schulmusikstudium in Stuttgart auf. Prägende Impulse erhielt sie hierbei u.a. von Bernhard Haas, Dieter Kurz, Jörg Halubek und Sarah Wegener. Nach einer einjährigen Assistenz am Bezirkskantorat Göppingen, nahm sie folglich ihr Masterstudium der Kirchenmusik bei Birgid Steinberger (Gesang), Thomas Kiefer (Chorltg.) und Pier Damiano Peretti (Orgel) an der Universität für Musik und Darstellende Kunst Wien auf und schloss dieses 2018 mit Auszeichnung ab. Meisterkurse bei Kurt Widmer, Miriam Feuersinger, Luigi F. Tagliavini und Michel Bouvard ergänzen ihre Ausbildung. 2018 durfte sie ihr Knowhow und ihre Begeisterung für Barockmusik als Gastdozentin für Barockgesang an der Université Antonine in Beirut weitergeben. Mit dem von ihr gegründeten XEN-Ensemble war sie 2021 Finalistin des Biagio-Marini-Wettbewerb. Ihre Arbeit als Stimmbildnerin und Chorassistentin führten sie u.a. an die Ruhruniversität Bochum, zum Landesjugendchor Thüringen. Ein weiterer wichtiger Bestandteil ihrer Arbeit ist Vokalimprovisation und zeitgenössische Musik. Von 2019 bis 2022 war sie außerdem als Referentin für Kirchenmusik für die Rheinische Landeskirche tätig, sowie als Karenzvertretung der Diözesankantorin von 2022-23 in Linz/Oberösterreich.

Lea Roller

Lea Rollers erster Kontakt mit der Musik war das Ballett, bald folgte der Unterricht in Block- und später Querflöte sowie das Singen und Spielen in mehreren Orchestern und Chören im Stuttgarter Raum. Nach dem Abitur nahm sie daher das Studium der Schulmusik an der Hochschule für Musik und darstellende Kunst Stuttgart mit dem Hauptfach Querflöte bei Antje Langkafel und dem Leistungsfach Gesang bei Sylvia Koncza auf, auf das ein Master in Musikwissenschaft folgte. Ihre besondere Leidenschaft



für Ensemble- und Chorgesang entfachte nicht zuletzt Prof. Dieter Kurz, bei dem sie Chorleitung studierte und unter dem sie nach wie vor im Württembergischen Kammerchor singt. Seither ist Lea Roller als freiberufliche Chorleiterin mehrerer Chöre in Geradstetten und Esslingen tätig. Sie ist Verbandschorleiterin des Chorverbands Friedrich-Silcher. Als Instrumentalpädagogin unterrichtet sie u.a. an der Jugendmusikschule Schorndorf und der Musikschule Stuttgart-Gablenberg. Außerdem ist sie als Altistin und Querflötistin Teil mehrerer Ensembles, darunter dem Trio Serata und HOeRT.

Lena Bäuerle



Schon in der Schulzeit war Lena Bäuerle als Sängerin und Pianistin in verschiedenen Bands tätig. Dabei entdeckte sie ihre Liebe für den Jazz. Nach dem Musikabitur folgte das Schulmusikstudium (Hauptfach Klavier und Jazz/Pop-Gesang) an der Hochschule für Musik und darstellende Kunst Stuttgart u.a. bei Andreas Dürr und Sarah Lipfert. Seit vielen Jahren ist Lena Bäuerle als Musikpädagogin und Sängerin in verschiedenen Bereichen (Chor- und Bandleitung, Klavier- und Gesangsunterricht) tätig. Im Studium entwickelte sie eine große Leidenschaft für Bossa Nova und andere brasilianische Musik, welche sie u.a. in ihrem Trio *cuentos* zum Klingen bringt. Nach einiger Zeit im Schuldienst, arbeitet sie heute als freiberufliche Sängerin, Workshop- und Chorleiterin in Stuttgart, Herrenberg, Weiler/Rems sowie als Gesangslehrerin (Fokus Jazz- und Popgesang) an der Jugendmusik- und Kunstschule Backnang.

Termine & Orte

Die Workshops am **Samstag, 20.01.2024** finden von **10:15 – 14:00 Uhr** im **Bürgerhaus Schillerschule, Schulplatz 3, 73547 Lorch** statt.

Der **Anmeldeschluss** hierfür ist der **15.01.2024**.

Die Workshops am Samstag, **03.02.2024** finden von **10:15 – 14:00 Uhr** im **Mutlanger Forum, Hornbergstraße 17, 73557 Mutlangen** statt.

Der **Anmeldeschluss** hierfür ist der **29.01.2024**.

! NEU ! NEU ! NEU ! NEU ! NEU ! NEU ! NEU ! NEU ! NEU ! NEU ! NEU ! NEU ! NEU ! NEU !

Die Anmeldung erfolgt über die Homepage des Chorverbands!

Auf www.chorverband-friedrich-silcher.de finden Sie unter dem Reiter „Aktuelles“ das Programmheft und die Anmeldeformulare für die beiden Workshoptage.

Die Anmeldung dauert nur 1 Minute und Sie bekommen unmittelbar eine Bestätigung per E-Mail.

Sollten Sie keinen Zugang zum Internet haben, melden Sie sich bitte telefonisch in der Geschäftsstelle unter 07182/5268852. Wir schicken Ihnen dann einen Anmeldebogen zu.

Sollte die Anzahl der Anmeldungen den logistischen Rahmen überschreiten, entscheidet das Eingangsdatum über eine Teilnahme.

Unkostenbeitrag

Nachdem der Chorverband **Körper und Stimme** über Jahre hinweg kostenlos anbieten konnte, wird auch in diesem Jahr ein kleiner **Unkostenbeitrag i.H.v. 5,- € pro Teilnehmer:in** erhoben.

Der Beitrag ist am Tag der Teilnahme vor Ort und in bar zu entrichten. Auf Wunsch wird eine Quittung ausgestellt.