



Evangelisches
Bildungshaus
Rastede



Evangelisches
Bildungshaus
Rastede

Evangelisches Bildungshaus Rastede

Mühlenstraße 126

26180 Rastede

Mail: info@hvhs.de

Internet: www.hvhs.de

 : EBHRastede



Lebenskunst und Gesundheit

Seelenklänge: Intuitives Singen & Mantren

08.05.2026 bis 10.05.2026

Lebenskunst und Gesundheit

Seelenklänge: Intuitives Singen & Mantren

Seminar für oder Weiterbildung für Ehrenamtliche und Interessierte

Entdecke deine Stimme auf ganz neue Weise. Spielerisch und intuitiv nähern wir uns unserer eigenen Stimme. Stimme bedeutet Stimmung. Die Stimme ist der Ausdruck unserer Persönlichkeit. Beim intuitiven Singen singen wir das, was wir spüren. Nicht mehr, aber auch nicht weniger. Die Stimmarbeit in der Gruppe erleichtert einen kreativen, freudvollen Zugang zum Singen. Die Klänge der anderen Teilnehmenden ermutigen uns, unseren eigenen Klang zu finden. Wir singen gemeinsam im Kreis und ergänzen einander. In der Kombination aus intuitivem Gesang und Mantren verbinden sich Struktur und Freiheit.

Übungen zur Wahrnehmung des Körpers und des Atems ergänzen das Seminar, sodass wir einen ganzheitlichen Zugang zu unserer Stimme bekommen. Klang ist Schwingung, und unser Körper ist Resonanzraum für die Stimme.

Steffen-Ulrich Schöps ist Musiker und Yogalehrer. Als „yoza“ dichtet er eigene Lieder und verbindet Musik und Spiritualität. Neben seinen deutschsprachigen Songs vertont der Gitarrist und Sänger Mantren auf seine eigene Art. Steffen öffnet Räume für den kreativen Selbstausdruck und die intuitiv-musikalische Praxis.



Termin:

08.05.2026/ 15.30 Uhr bis 10.05.2026/ 14.00 Uhr

Seminarleitung:

Steffen Ulrich Schöps, Musiker und Yogalehrer

Pädagogische Verantwortung:

Uwe Fischer

Kosten:

345 Euro im EZ, inkl. Verpflegung

Anmeldeschluss:

24.04.2026