



**2,5 TAGE WORKSHOP**

# Talmi® und Stimmbildung

Schwerpunkt: Fußarbeit und Wirbelsäulen-Aufrichtung

**25.03.2022 - 27.03.2022**

**INSTITUT FÜR MUSIKPÄDAGOGIK**

**DACHRITZSTRASSE 2**

**06108 HALLE (SALLE)**

Dieser Workshop kombiniert Berührungs-Lektionen der Talmi-Methode® mit Übungen des Ashtanga-Yoga und Ansätzen der Roy Hart-Stimmarbeit

# Inhalte

Im Zentrum des Workshops stehen Berührungs-Lektionen der Talmi-Methode®. Während der Workshop-Tage arbeiten Teilnehmende in 2er-Paaren an ihrer Aufrichtung und körperlichen Balance.

Sie können haptisch erfahren, wie sich ihre Atemräume und der Stimmsitz verändert. Dadurch verbessern sie die Wahrnehmung ihres Etonus und kreieren Referenzpunkte, zu denen sie bei anderen Körperarbeiten oder im Körper- und Stimmtraining zurückfinden können

Während des Workshops lernen die Teilnehmenden eine Lektion nach Alon Talmi, welche das Bindegewebe des Fußbetts auflockert und die Knöchel mobilisiert. Diese Arbeit wirkt sich auf den Stand der Teilnehmenden, ihre Wirbelsäulen-Aufrichtung und Zwerchfell-Beweglichkeit aus.

Auf Basis eines holistischen Arbeitsansatzes werden auch Griffe zur Hüft- und Wirbelsäulen-Mobilisation integriert. Je nach zeitlicher Verfügbarkeit werden weitere Lektionen angeleitet.

# Workshop-Zeiten:

25. MÄRZ 2022 | 17:00 - 20:00 UHR

26. + 27. MÄRZ 2022 | 10:00 - 13:00 UHR + 15:00 - 18:00 UHR

Während der Vormittags-Einheiten findet ein Warm-Up von Körper und Stimme statt. Dieses kombiniert Posen des Ashtanga-Yoga mit Abläufen der Roy-Hart-Stimmarbeit.

Dadurch sollen die Teilnehmenden lernen, wie sie die Erfahrungen einer Talmi-Einheit auch alleine wieder in sich erzeugen können.



# Workshop-Leitung

Günther Sturmlechner (32) ist staatlich diplomierter Schauspieler, Yoga-Lehrer und studiert im Master Sprechwissenschaft an der MLU.

2021 hat er seine Ausbildung in der Talmi-Methode® abgeschlossen. Seine Master-Arbeit schreibt er über die Potenziale der Talmi-Methode® für den Sprechbildungs-Unterricht.



# Infos zur Talmi-Methode®

Ziel der Talmi-Methode® ist es, den ursprünglichen Bewegungsmöglichkeiten des Körpers erneut und dauerhaft Spielraum zu verschaffen.

Sie wurde von Prof. Martin Gruber (Hochschule für Schauspielkunst Ernst Busch Berlin) konzipiert und an diversen Kunsthochschulen im deutschsprachigen Raum als Ergänzung zum Körper- und Stimmtraining angewendet.

Sie beinhaltet verschiedene Druck- und Zugtechniken, die auf Verspannungen einwirken und aktuelle Haltungsmuster erweitern.

Website: <https://www.talmi-methode.com/>



# Preise

**VOLLER PREIS: 200€  
(180€ FÜR MDVS-MITGLIEDER)**

**STUDIERENDEN PREIS: 180€  
(160€ FÜR MDVS-MITGLIEDER)\***

Für Fragen zu einer Mitgliedschaft beim MDVS:  
<https://www.mdvs.info/verband/beitreten>

**MAXIMALE ANZAHL TEILNEHMENDE:  
14**

**ANMELDUNG:  
TALMI-HALLE@GMX.DE  
(ANMELDESCHLUSS: 24.03.2022)**

Während der Durchführung des Workshops werden die aktuell geltenden Corona-Richtlinien der Universität Halle-Wittenberg beachtet.

- Studierende können den Beitrag auch in Raten bezahlen. Für Infos per Mail nachfragen.