



# Singen über Mittag

## Mittwoch

Singen über Mittag = Singen in einer Gruppe, einfach aus Lust und Freude und im Wissen, dass uns unsere Stimme als Kraftquelle geschenkt ist. Die oft mehrstimmigen Lieder kommen aus allen Himmelsrichtungen, sind leicht lernbar und bewegen Körper, Seele und Geist. Die entstehenden Harmonien werden als Momente der Freude, des Berührt-Seins, der Verbindung mit der eigenen Mitte erlebt. Zudem nehmen Bewegung und der freie Ausdruck mit der Stimme einen wichtigen Platz ein.

Alle Stimmen sind willkommen - geübte, unsichere, kräftige, ängstliche, mutige, verschollen geglaubte, fröhliche, traurige - Voraussetzung ist einzig die Lust und das Bedürfnis, gemeinsam zu singen.

### **Zeit**

Mittwoch, 12.00 - 13.00 Uhr

### **Daten 2024/1. Semester**

Jan.: 10., 17., 24., 31. // Feb.: 14., 28. // März: 6., 20., 27.

Mai: 8., 15., 22., 29. // Juni: 12., 19., 26. // Juli: 3., 10.

Verhinderte Daten können jeweils am Dienstag kompensiert werden.  
Eine Schnupperstunde ist an den aufgeführten Daten jederzeit möglich.

### **Kosten**

Fr. 190.- (18x)

### **Leitung**

Manuel Oertli, Musiktherapeut MAS, Chorleiter, Musiker

[www.canario.ch](http://www.canario.ch)

