

*... mit sprechen bewegen*



Vitalität

Ökonomie

Balance

*wenn die Stimme stimmt, stimmt's*



Atmosphäre

Präsenz

Begeisterung

Kontakt

*... besser ankommen*



Ausdruck

Rythmus

Persönlichkeit



## Was für eine Stimme, was für eine Ausstrahlung

Wie viele Male ist uns schon passiert, dass wir bei einer privaten oder geschäftlichen Runde mit neidvollem Ohr zum Gegenüber geschaut und gedacht haben „Was für eine Stimme, was für eine Ausstrahlung“. Wer hat nicht schon Referate oder Unterrichtsstunden erlebt, bei denen man förmlich an den Lippen des Vortragenden gehangen und dabei Zeit und Raum vergessen hat?

### „Die einen haben’s, die anderen auch“ ...

... wäre die richtige Reaktion. Aber meistens lautet die resignierende Antwort: „Die einen haben’s, die andern nicht.“ Und die Mehrheit zählt sich zu den andern. Sicher gibt es Personen, die dieses naturgegebene Talent nie verloren haben. Wahrscheinlicher ist aber, dass sie es mittlerweile wiederentdeckt und daran gearbeitet haben. Denn im Normalfall wird uns allen dieses Geschenk der Natur in die Wiege gelegt – Das Geschenk einer tragfähigen, dem natürlichen Atemrhythmus angepassten Stimme, einer Stimme, die anspricht, fesselt und bewegt.

## Wieder-Entdeckungsreise zur natürlichen Stimme

Das Kursangebot baut auf der „Atemrhythmisch Angepassten Phonation“ (AAP®) nach Coblenzer/Muhar auf. Das wissenschaftlich gesicherte und ganzheitliche Konzept ist ein Wiederentdecken und Wiedererwecken der eigenen Fähigkeiten – quasi eine Wieder-Entdeckungsreise zum erfolgreichen Sprechen und Singen. Das Herzstück des AAP®-Kursangebotes sind die einwöchigen Sommerseminare (Stimme und Kommunikation) im Tagungs- und Studienzentrums Boldern, oberhalb des Zürichsees.

## International erfahrenes Lehrteam

Jede Seminarwoche bietet die vier Schwerpunkte: Atmung, Stimme, Artikulation, Vertiefung. Jeder Schwerpunkt erstreckt sich über eine Woche. Neben einem fakultativen, musikalischen „Einstimmen“ beinhaltet ein Seminartag Lektionen im „Schwerpunktkurs“ in Kleingruppen, eine Bewegungslektion und Zwischenstunden zum individuellen Üben oder zum Relaxen. Eine interessante Abendveranstaltung und gemütliches Beisammensein runden einen Seminartag ab. Das international erfahrene Lehrteam besteht aus Stimm- und Sprechpädagogen, Lehrlogopäden, Sängern, sowie Musik-, Tanz- und Bewegungspädagogen. Die Sommerseminare werden im Frühling und Herbst durch Schnupper- und Spezialkurse ergänzt (Gesang, etc.). **Infos ▶ [www.aap-online.com](http://www.aap-online.com)**

## ▶▶ Die Seminar-Schwerpunkte

- ▶ **Atmung** Dieser Kurs ist besonders empfehlenswert, wenn Sie die AAP® kennen lernen möchten. Aufbauend auf den Lehrmethoden nach Coblenzer/Muhar lernen Sie wirksame Grundübungen und Hilfestellungen kennen, die Sie zu Hause problemlos alleine weiter trainieren können, um Ihre individuell gesteckten Ziele zu erreichen. Schlüssel zu einer erfolgreichen AAP® ist das „Abspannen“. In Ihrem individuellen Atemrhythmus kommen Sie ganz natürlich, mühelos und rasch zu genügend Luft. Sei dies nun bei einem Vortrag, beim Unterrichten, beim Singen, in Diskussionen oder im persönlichen Gespräch.
- ▶ **Stimme** Partnerbezogen arbeiten Sie an einer tragfähigen und klangvollen Stimme, die ohne Druck und Anstrengung beim einzelnen Gegenüber oder bei einer kleineren oder größeren Gruppe gut „ankommt“. Die sogenannte „Stütze“ verhilft Ihnen zu einer ermüdungsfreien und ausdrucksstarken Stimme.
- ▶ **Artikulation** Mit individuellen und effizienten Trainingsmethoden verbessern Sie Ihre Artikulation. Mit dem Erlernen einer deutlichen, aber natürlich bleibenden Aussprache erhöhen Sie die Qualität Ihrer Kontaktfähigkeit zum Publikum. Ihre Aussage kommt verständlicher, angenehmer und intensiver „rüber“.
- ▶ **Vertiefung** Sie setzen Ihre eigenen Schwerpunkte, ob nun speziell den Beruf oder den Alltag betreffend. Durch Intensivierung der bereits selbstverständlichen Anwendung von AAP® verstärken Sie Ihre persönliche Ausstrahlung und Wirkung.
- ▶ **Bewegung** Die täglichen Unterrichtsschwerpunkte werden in die Bewegungsstunde mit aufgenommen und auf kreative und spielerische Art und Weise umgesetzt. Ihr Körper wird „gestimmt“ und Ihre Stimme wird dadurch ausdrucksfähiger und partnerorientierter.



## Wer trifft sich auf Boldern?

Wenn Sie Ihre Kommunikation in all ihren Facetten verbessern wollen, sind die AAP®-Seminare und AAP®-Workshops genau das Richtige für Sie. Auf Boldern treffen sich jedes Jahr Menschen aus Unterricht, Personalführung, Logopädie, Management, Politik, Theater, Musik, Seelsorge – einfach alle, bei denen die Stimme und das Sprechen wesentliche Elemente ihres Berufsalltages sind. Aber auch Personen, die zu ihrem eigenen Wohlbefinden an Ihrer Stimme und somit an Ihrer Persönlichkeit arbeiten wollen.

## Das Boldern-Ambiente

Einen wesentlichen Anteil zum Erfolg der AAP®-Kurse trägt das unvergleichliche Boldern-Ambiente bei. In der Nähe von Zürich gelegen, thront das Seminarhaus inmitten einer herrlichen Grünanlage über dem Zürichsee und gibt einen fantastischen Blick frei über die nahe gelegenen Schweizer Alpen. Großzügige Seminarräume mit moderner Infrastruktur, gemütliche Relaxzonen sowie eine kreative und geschmackvolle Küche schaffen die Grundlage für eine erfolgreiche Seminarwoche. Die geselligen abendlichen „Boldern-Runden“ lassen die Teilnehmer innerhalb kurzer Zeit zu einem richtigen Team werden. Unter folgender Internet-Adresse erfahren Sie mehr über das Tagungs- und Studienzentrums Boldern. ▶ [www.boldern.ch](http://www.boldern.ch)

Auf Wunsch nehmen wir Sie auch gerne in unseren News-Verteiler auf. So erhalten Sie bequem auf dem Postweg die neusten AAP®-Angebote.