Christian Suma Lerch

Präsenz – Resonanz – Ausdehnung

S i n g e n f l i e g e n Bern

2024

singend und staunend durchs Jahr Zyklus mit 14 Abenden

Beginn Februar 2024

S i n g e n f l i e g e n 2024 in Bern

Zwischen Klang, Bewegung und Stille

SINGEN UND STAUNEN

Aufwärmübungen, Bewegung und Singspiele unterstützen dich, deiner Stimme näher zu kommen und deinen Ausdruck zu finden. Dabei hast du die Möglichkeit mit der eigenen Stimme zu spielen, dich und deinen Körper tönen zu lassen. Wir singen rituelle Lieder, vor allem der Indianer Nordamerikas. Gleichzeitig führt das Singen der Lieder hin zu deiner Essenz. Meditative Wahrnehmungsübungen und Improvisationen unterstützen dies und bringen neue Energien in Fluss. Im Zentrum stehen der Genuss und die Freude, die Stimme klingen zu lassen. **Ein belebendes Erlebnis**. Offen für alle, die sich einlassen.

Leitung: **Christian Lerch** – Hirschengraben 35, 6003 Luzern, 041 240 52 72, www.christian-lerch.ch

Kosten: **Fr. 570.-**

Teilnehmer: ab 14 TeilnehmerInnen

Wo: **Bern**, Yogastudio *Yoga erleben*, **Holzikofenweg 20, 3007 Bern**

Wann: **Donnerstag**, jeweils von **19.30 bis 21.30**

1.2. / 15.2. / 29.2. / 21.3. / 18.4 / 23.5. / 20.6.
22.8. / 5.9. / 19.09. / 17.10. / 14.11. / 28.11. / 12.12. 2024

Du kannst unverbindlich einmal zum Schnuppern kommen. Melde Dich bei mir.

Ich melde mich definitiv fürs Singenfliegen Zyklus 2024 in Bern an:

(Die Anmeldung ist verbindlich. Es ist nicht möglich, sich nur für einzelne Abende anzumelden! Nicht besuchte Abende verfallen. Sie können in Luzern nachgeholt werden. Ein Schnupperabend ist unverbindlich möglich, auch schon im alten Jahr.)

Name: _____

Adresse:_____

Telefonnummer:_____email:_____

Datum: _____ Unterschrift: _____