

Stimme und Gestalt



**Seminare, Kurse,
Einzelarbeiten
2021**



mit

Markus Lemke

Konzertsänger, Gestalttherapeut,
Diplomgesanglehrer

Inhalt

Seminarreihe *Den Weg der Stimme gehen*

| | |
|--|-------|
| Was deine Stimme mir sagt... | S. 3 |
| Die eigene Stimme finden... | S. 4 |
| Stimme darüber hinaus... | S. 5 |
| Onlineseminar: Stimme online! | S. 6 |
| Was Corona mit uns macht... | S. 7 |
| Halbjahresgruppe Stimme und Gestalt | S. 8 |
| Halbjahresgruppe Men at Work | S. 9 |
| Gestalttherapeutische Einzelbegleitung | S. 11 |
| Einzel Stimme und Gestalt | S. 12 |
| Gesangsunterricht | S. 13 |
| Sprecherziehung | S. 14 |
| Stimmen früherer Kursteilnehmer/innen | S. 16 |
| Technische Informationen | S. 17 |
| Über Markus Lemke | S. 19 |

Was deine Stimme mir sagt...

Stimme, Spiegel unserer Seele

Wie gebrauche ich meine Stimme? Was ‚stimmt‘ in ihr und was manchmal nicht? Wie wirkt sie auf andere und welche Botschaft sendet sie aus? Unsere Stimme ist Ausdruck unserer unverwechselbaren, eigenen Persönlichkeit. Gemeinsam betrachten wir die Herkunft und Prägungen unserer Stimmen. Wir üben, auf ihre ‚emotionale Melodie‘ zu hören, und auf das, was dahintersteht. Wir wenden uns dem zu, was uns stimmlich heiler und vollständiger machen kann, was unsere Stimme braucht, um authentisch und in Resonanz zu sein. Für Menschen, die beruflich mit ihrer Stimme arbeiten und bewusster mit ihr umgehen möchten - oder sich und ihre ‚Stimm-Persönlichkeit‘ besser kennen lernen und erweitern wollen.

Selbsterfahrung, Stimm-, Atem- und Körperübungen, Einzelarbeit in der Gruppe, Gruppenarbeit. Phantasie-reise, Zen-Meditation und Gesang (leichte internationale Lieder, Talent und Notenkenntnisse nicht erforderlich). Bitte eine Decke mitbringen. Für 6-10 Teilnehmende

Freitag, 16. Juli 21, 17.30-21 Uhr

Samstag, 17. Juli 21, 9.30-18.30 Uhr

Ort: Altentagesstätte 69245 Bammental, Hauptstr. 89
Kosten: 125-150 €, nach Einkommen/Selbsteinschätzung, Ermäßigung möglich

Die eigene Stimme finden...

Stimmpraxis Singen, Sprechen und Selbsta Ausdruck

Den eigenen, authentischen Stimmklang erfahren. Spielerisch Stimme und stimmigen Seelenausdruck ausprobieren und in Resonanz mit anderen zur eigenen Fülle und Kraft finden. Der Kurs bietet einen geschützten Raum, sich stimmlich einmal ganz anders zu erfahren und gleichzeitig bisher verborgene Seelenanteile hörbar zu machen. Im Wechsel von Einzel- und Gruppenarbeit geschehen Öffnung und Befreiung des eigenen Stimm- und Lebenspotenzials. Wir lernen unsere inneren ‚Bremser‘ und ‚Kleinmacher‘ kennen und was wir brauchen, um sie loszulassen. Gemeinsam und in Kontakt miteinander bringen wir unsere Sing- und Sprechstimmen zum Klingen, entfalten den Reichtum unserer Persönlichkeit über die Stimme und erfreuen uns an ihm. Für Menschen, die die Fülle ihrer Stimme und ihrer Persönlichkeit entdecken, Stimmgrenzen überschreiten und ihr seelisches Ausdrucksspektrum erweitern wollen.

Stimm-, Atem- und Körperübungen, Selbsterfahrung, stimmtechnische und gestalttherapeutische Einzelarbeiten an Sing- und Sprechstimme und inneren Themen, Gruppenarbeit, Phantasiereise, Zen-Meditation und Gesang (leichte internationale Lieder und Kanons, Talent/Notenkenntnisse nicht erforderlich). Bitte eine Decke und für die Einzelarbeit Lied oder Text (z. B. Lieblingsgedicht) mitbringen. Für 8-15 Personen

Fr., 1. Okt., 17.30 bis So., 3. Okt. 21, 13 Uhr

Ort: Bildungshaus Neckarelz, 74821 Mosbach,
Kosten: 290 € (Übern., Verpflegung, Kursgebühr),
250 € (ohne Übernachtung)

Anmeldung: www.bildungshaus-neckarelz.de

Stimme darüber hinaus...

Freier Stimmgebrauch - heilendes Singen

Der freie Gebrauch der Stimme gestaltet unsere persönliche und die gesamte Welt mit Impulsen von Befreiung, Heilung und Wachstum. Wir betreten neue Räume des Selbstausdrucks, wagen es, uns der Stimme als Ausdrucksmedium ganz anzuvertrauen und immer freier, mutiger und wahrer mit ihr umzugehen. Wir finden unsere eigene spirituelle Spur und inneren Kraftquellen und schicken ihre Energien in die Welt. Erdungslieder, freies Tönen von Kraftwörtern, Mantren und Stimmimprovisation wecken unser kreatives Potenzial und öffnen uns für die spirituelle Dimension von Gesang, in der „es“ singen kann. Wir üben uns in der uralten Praxis des heilenden Singens, lernen, uns tief aufeinander einzustimmen und uns gegenseitig intuitiv zu besingen - mit Klängen, die unsere Seele nähren.

Freies Singen, Gruppenarbeit in Selbsterfahrung und Gestalt. Phantasiereise, Zen-Meditation und Gesang (leichte internationale Lieder, Talent und Notenkenntnisse nicht erforderlich). Bitte eine Decke mitbringen. Für 6-10 Teilnehmende

Freitag, 5. November 21, 17.30-21 Uhr
Samstag, 6. November 21, 9.30-18.30 Uhr

Ort: Altentagesstätte 69245 Bammental, Hauptstr. 89
Kosten: 125-150 €, nach Einkommen/Selbsteinschätzung, Ermäßigung möglich

Einführungsvideo auf YouTube Kanal ‚Markus
Lemke Stimme und Gestalt‘:

<https://www.youtube.com/watch?v=ZZQqmiFraQY&t=6s>

Onlineseminar: STIMME ONLINE!

Bewusster Umgang mit der Stimme in Videokonferenzen

Gerade in Online-Konferenzen kommt es auf ihre Stimme an. Die Art und Weise, wie sie mit ihrer Stimme präsent sind, entscheidet, ob sie und ihre Botschaft ‚überkommen‘. Viele von uns haben sich ungünstige oder sogar stimmschädigende Verhaltensweisen angewöhnt. Für diese oder sonstige Interessierte, die ihren Stimmgebrauch verbessern wollen, ist dieser Onlinekurs gedacht: zur Standortbestimmung, für neue Impulse zu Stimmhygiene und Prophylaxe, um die Stimme bewusster und ausdrucksvoller einzusetzen. Übungen in der Gruppe zu den Grundlagen gesunden Sprechens wechseln ab mit Einzelarbeiten und individuellen Hilfestellungen. Bitte für die Einzelarbeit einen Text bereithalten.

Freitag, 26. März 19 bis 21 Uhr

Samstag, 27. März, 10.30 bis 13 und 15 bis 18 Uhr (mit Pausen)

Veranstalter: sanctclara, B 5, 19, 68159 Mannheim

Kosten: 85 Euro. Max. 6 Teilnehmende

Anmeldung: service@sanctclara.de

Teilnehmenden wird ein ZOOM Teilnahmelink zugeschickt

Was Corona mit uns macht... -

Verdauen und Integrieren in einer schwierigen Zeit – ein gestalttherapeutisches Selbsterfahrungsseminar

Kein Ereignis seit 70 Jahren hat unseren Alltag so tief verändert wie das Auftreten des Corona Virus mit all seinen Folgen. Die Schutzmaßnahmen gegen seine Verbreitung haben uns alle in unterschiedlicher Weise be- und getroffen. Manches konnte als Vorteil erlebt werden, anderes war belastend oder gar existenzbedrohend. Wir haben gelernt, Abstand zu nehmen und uns zu schützen. Doch so manches im Untergrund schwelende Thema hat Corona deutlich und penetrant hervorgeholt. Dieses Seminar bietet Raum, sich über unsere Erfahrungen auszutauschen. Was haben sie uns als Individuum, Gesellschaft und Teil der Weltgemeinschaft gelehrt? Welche Chancen liegen in der Krise und wie können wir nachhaltig anders weitergehen? In Gruppenübungen und gestalttherapeutischen Einzelarbeiten können persönliche Themen angeschaut werden. Impulse von Erfahrung- und Körperübungen bringen in die eigene Kraft und helfen, seinen Standort zu erkennen, Belastendes loszulassen und neue Perspektiven zu gewinnen.

Das Seminar findet unter Einhaltung der aktuell geltenden Hygieneregeln statt, bitte Mundschutz, bequeme Kleidung und für Körperübungen eine Decke mitzubringen.

Sa, 24. April 2021, 9.30 bis 17 Uhr

Ort: Bildungshaus Neckarelz,
Martin-Luther-Straße 14, 74821 Mosbach,
Kosten: 120 € (Verpflegung und Kursgebühr)
Anmeldung: www.bildungshaus-neckarelz.de

Immermehrstimmigwerden...

Stimme und Gestalt

Halbjahresgruppe 2021/22

Unsere Stimme ist *das* Medium von Ausdruck und Kontakt. Untrüglich zeigt sie unsere momentane Befindlichkeit, aber auch die tiefere Freiheit oder Gebundenheit unserer Seele. Die Stimme ist der rote Faden dieser Gestaltgruppe. Selbsterfahrung mit Stimme führt uns zu unseren Lebensthemen, wo wir sehen können, was uns hilft, Unstimmiges loszulassen und immer mehr stimmig zu werden. Durch Begegnung, Gestaltübungen und Stimm-Experimente werden wir eingeladen, unser inneres Leben frei und lustvoll zu entfalten und auch die Weisheit unserer Inneren Stimme (wieder) zu entdecken. Neue Erfahrungen mit unseren Stimmen ermöglichen uns, als Mensch kraftvoller und präsenter zu werden. Wir teilen und fördern diesen gemeinsamen Prozess in Einzel- und Gruppenarbeiten. Tönen, heilendes Singen, Improvisieren, einfache Lieder und Mantren unterstützen uns auf diesem Weg hin zu uns selbst, zum Immer-mehr-stimmig-Werden.

10 Abende, mittwochs, 19-21.15 Uhr:
8./22. Sept., 6./20. Okt., 17. Nov.,
1./15. Dez. 21, 12./26. Jan., 9. Feb. 22

Vorgespräch nach Absprache

Ort: Gesangstudio Markus Lemke, Fischersberg 33,
69245 Bammental

Kosten: 380-410 €, nach Einkommen/Selbsteinschätzung, Ermäßigung/Ratenzahlung möglich.

Für 5-8 Teilnehmende, kann bei Interesse als Jahresgruppe weitergeführt werden.

Men at Work...- Männer im Wandel

Gestalttherapeutische Halbjahresgruppe

Das Männerbild ist im Wandel, wir Männer sind im Wandel. Wenn du dich für Kontakt und Austausch zu diesem Thema interessierst, und vor allem, wenn du gerade akut in Veränderungsprozessen bist, kann dir diese Männergruppe Unterstützung und Inspiration geben. Der Abend orientiert sich an dem Thema, das du mitbringst. Gleichzeitig schauen wir gemeinsam die großen Themen an, die unser Leben bestimmen: unsere Vision von Leben, unsere Arbeit, Partnerschaft, Sexualität, die Beziehung zu uns selbst und die Prägung, die wir von unseren Vätern mitbekommen haben.

Gestalttherapeutische Gruppen- und Einzelarbeiten, Körperübungen und angeleitete Meditation helfen dabei, Altes loszulassen und unser Eigentliches (wieder) zu finden. Ganzheitlich können wir in neue Fülle und Balance kommen, angebunden an unsere tiefste männliche Kraft.

**10 Abende, mittwochs, 19-21.15 Uhr:
15./29. Sept., 13./27. Okt., 24. Nov.,
8. Dez, 21. 19. Jan., 3./16./23. Feb. 22**

Vorgespräch nach Absprache

Ort: Gesangstudio Markus Lemke, Fischersberg 33,
69245 Bammental

Kosten: 380-410 €, nach Einkommen/Selbsteinschätzung, Ermäßigung/Ratenzahlung möglich.

Für 5-8 Teilnehmende, kann bei Interesse als Jahresgruppe weitergeführt werden.



Altentagesstätte Bammental



Gestalttherapeutische Einzelbegleitung

Gestalt führt in unser Selbst und zu den Hüllen und Mauern um es herum. Wo wir uns von uns selbst entfremdet fühlen, hilft sie, das Sicht- und Spürbare (Sehnsucht, Trauer oder körperliche Symptome) anzunehmen und als Wachstumschance zu begreifen. In Krisen oder Zeiten von Übergang und Neuorientierung ermöglichen ihre kreativen Methoden, alte ungelöste Lebensthemen, die sich oft unter den Symptomen der Oberfläche verbergen, durchzuarbeiten und abzuschließen. Neues, authentisches Verhalten kann erprobt und eingeübt werden, unser eigentliches Lebenspotential erscheint und bringt uns in Ganzheit wieder ins Fließen. In der gestalttherapeutischen Einzelbegleitung ist der Therapeut Wahrnehmungshelfer, Coach und Verbündeter auf dem Weg. Offener, vertrauensvoller Kontakt ermöglicht einen Prozess, in dem Seele, Körper und Geist ihre eigentliche Gestalt einnehmen und verwirklichen können. Ich biete diese Begleitung an für Einzelne, Paare und Gruppen - als Unterstützung, die eigene Identität zu erfahren und ihre Grenzen zu wahren. In Verantwortung für sich selbst und das, was man achtet und liebt, kann eine glückende Beziehung zwischen Individuum und Welt (wieder) gelingen.

Termine: nach Vereinbarung

Ort: Gesangstudio Markus Lemke, Fischersberg 33, 69245 Bammental, **auch online möglich!**

Kosten: 50-75 € (50 Min.), nach Einkommen/Selbsteinschätzung, Ermäßigung möglich, Erststunde 25 €

(Gestalttherapeutische Behandlung ist nicht über die Krankenkasse abrechenbar und daher immer privat zu zahlen.)

Stimme und Gestalt – Einzel

Einzelarbeiten für Stimme und Gestalt sind ein aus der Seminarreihe *Den Weg der Stimme gehen* und der Halbjahresgruppe Stimme und Gestalt neu entstandenes Format. Sie bieten einen geschützten Raum für Selbsterfahrung mit und durch Stimme. Wir schauen an, was die Gewohnheiten, Stärken und Schwierigkeiten in unserer Stimme und unserem Selbstausdruck mit uns selbst zu tun haben und nehmen die Themen und ‚unabgeschlossenen Gestalten‘ in den Blickpunkt, an denen wir festhängen. Wir wenden uns dem zu, was wir brauchen, um in Stimme und Persönlichkeit zu wachsen. Durch freies Ausprobieren mit Stimme, Stimmspiele, Toning (intuitive Improvisation) und andere kreative Methoden von Gestalt kommen wir unserem Stimmpotenzial auf die Spur. Da dies immer auch Lebenspotenzial ist, wird es möglich, die eigene Persönlichkeit stimmiger, in größerer Resonanz und lustvoller leben zu lassen.

Termine: nach Vereinbarung

Ort: Gesangstudio Markus Lemke, Fischersberg 33, 69245 Bammental, **auch online möglich!**

Kosten: 50-75 € (50 Min.), nach Einkommen/Selbsteinschätzung, Ermäßigung möglich, Erststunde 25 €

Gesangsunterricht

Von Ihren Stärken und Ihrem eigenen Stimmklang ausgehend, arbeiten wir im Einzelunterricht daran, diese bewusster zu machen und sich in den gesamten Stimmgebrauch, Körper, Atem und geistige Einstellung ausbreiten zu lassen. Gesangsunterricht ist immer auch eine spannende Reise in die eigene Persönlichkeit: sich selbst als klingendes und singendes Wesen anzunehmen, zu wagen, sich auch anderen damit zu zeigen - ganz gleich, ob Sie das nur ‚für sich‘ oder zum Auftreten im Hobby- oder professionellen Bereich tun. Die Arbeit an individuell ausgesuchten Stücken, ob Klassik, Jazz oder Pop, behandelt die Themen des guten und langen Atems, des Ausgleichs von Resonanz, Vokalen und Registern, der Textartikulation, etc. Je mehr Werkzeuge man zur Verfügung hat, umso mehr macht es Spaß, Musik frei zu gestalten. Dies ist möglich auf jedem Stand der Stimm-entwicklung, für Anfänger, Fortgeschrittene oder (Halb-) Profis.

Termine: nach Vereinbarung

Ort: Gesangstudio Markus Lemke, Fischersberg 33,
69245 Bammental

Kosten: 50 €/Unterrichtsstunde (45 Min.),

Ermäßigung möglich, Probestunde 25 €

Sprecherziehung

Unsere Sprechstimme ist wie unser Fingerabdruck. Sie ist die Resonanz, die wir aussenden und bestimmt maßgeblich, welche Resonanz wir zurückbekommen. Für Menschen in Sprechberufen ist sie wesentliches Handwerkzeug. Im Sprecherziehungsunterricht arbeiten wir an mühelosem ökonomischen und natürlichem Stimmgebrauch mit freiem Körper und Atem, Artikulation, Sprachmelodie, Körpersprache und lebendiger Präsentation. Anhand von ausgewählten Texten werden sowohl die technischen wie auch die seelischen Aspekte von freiem Sprechen oder künstlerischen Vortrag behandelt. Für Sprechprofis und alle Interessierten, die ihren Stimmgebrauch und ihre Präsenz verbessern wollen.

Termine: nach Vereinbarung

Ort: Gesangstudio Markus Lemke, Fischersberg 33,
69245 Bammental, **auch online möglich!**

Kosten: 50 €/Unterrichtsstunde (45 Min.),
Ermäßigung möglich, Probestunde 25 €



Sanctclara Mannheim / Familienzentrum Bammental



Stimmen früherer Kursteilnehmer/innen

„Den Weg der Stimme gehen... und bei sich ankommen. Markus Lemke versteht es in ganz besonderer Weise, die einzelnen Stimmen individuell zu locken, gleichzeitig aber auch in der Gruppe zu klangvoller Entfaltung zu bringen. Durch seine Fähigkeit, eine ebenso tiefe und dichte wie heitere und lockere Arbeitsatmosphäre zu schaffen, entsteht ganz neu die Lust und Freude am Singen.“ *Georg K., Logopäde u. Atemtherapeut*

„Es ist beeindruckend, wie Markus Lemke in kurzer Zeit in der Einzelarbeit die Stimmen einschätzt und auf behutsame und wertfreie Art prägnante stimmliche Veränderungen bewirkt. Die Gruppe wird in diesen Prozess miteinbezogen und jeder Einzelne kann wiederum Parallelen zur eigenen Stimme ziehen. Dieses Seminar empfehle ich allen, die mehr über sich und ihre Stimme erfahren möchten und die positiven Aspekte gruppendynamischer Prozesse nicht missen möchten.“ *Bettina B., Logopädin*

„Mit fast spielerisch wirkender Leichtigkeit gelang es dem Kursleiter, bei jeder/m Teilnehmer/in in kürzester Zeit die persönlichen Stärken zu erkennen und sehr konkrete Hinweise zu geben (Körperhaltung, Atmung, innere Einstellung), um diese Stärken weiterzuentwickeln. Schon nach wenigen Minuten waren dann Veränderungen hör- und spürbar. Die Arbeit mit der eigenen Stimme ist etwas sehr Persönliches. Markus ist damit sehr direkt und gleichzeitig sehr respektvoll umgegangen.“ *Wolf M., Lehrer*

"Das Wochenendseminar mit Markus Lemke hat alle meine Erwartungen übertroffen: Es war sensationell für mich, wie Markus auf jede Teilnehmerin mit ihrer (stimmlichen) Problematik eingehen konnte: es kam erst gar kein Lampenfieber bei der Einzelarbeit auf, und nach kurzer Zeit war eine zum Teil erstaunliche stimmliche Verbesserung zu hören. Es hat mir großen Spaß gemacht, die Zeit verging im Nu. Ich habe Mut und Interesse, nun an meiner Stimme weiterzuarbeiten." *Ingrid S., Ergotherapeutin*

„Ich habe alle drei Seminare besucht und bin bei allen auf ganz unterschiedliche Weise tief mit meiner Lebensfreude und Kraft in Kontakt gekommen. Die Gruppe ist unter Markus Führung in jedem Seminar ganz schnell sehr harmonisch zusammengewachsen, es entstand ein ganz geborgener Raum, was für mich auch ein wichtiger Aspekt war.“

Gabriele S., Sekretärin i.R.

„Die Teilnahme an der Halbjahresgruppe Stimme und Gestalt, die sich auf fast 3 Jahre ausgedehnt hat, war eine große Bereicherung für mein Leben. Durch die Arbeit mit Stimme und vor allem Gestalt, konnte ich viele neue Erfahrungen sammeln und alte Themen, die mich lange behindert haben, auflösen. Markus versteht es, jeden Einzelnen auf sehr einfühlsame und achtsame Weise mit seinen individuellen Themen zu begleiten. Der geschützte Raum innerhalb der Gruppe, die immer mehr zusammengewachsen ist, hat mir viele wertvolle Erfahrungen ermöglicht.“ *Jutta N., Erzieherin*

„Markus hat ein sehr feines Gespür für die Denk- und Verhaltensmuster eines jeden. Dabei ist er sehr wohlwollend und lebensbejahend, was ich als motivierend empfinde. Mich überzeugen seine häufig überraschenden, aber immer sehr treffenden Fragestellungen und Angebote, auf die Themen zu schauen. Was sagt meine (manchmal fehlende) Stimme mir über mich und wie schön, sie zu finden und ihr (und mir) mehr Ausdruck zu verleihen! Ich empfehle die Teilnahme an der Halbjahresgruppe allerwärmstens!“ *Elke W., Kaufmännische Angestellte*

„Bei Markus in der Jahresgruppe habe ich mich immer gesehen, in der Arbeit stets sicher und gut aufgehoben und durch seine wertschätzende Haltung angenommen gefühlt. Das erleichterte mir, mich selbst in schwierigen Situationen ebenfalls anzunehmen. Seine tiefe Intuition für weiterführende Interventionen, seine Klarheit und Ausrichtung - gepaart mit großem Feingefühl, Respekt und Achtsamkeit, hat uns TeilnehmerInnen der Gruppe immer wieder erfreut, ja, auch staunen gemacht, was dies ermöglicht. Erst die Arbeit mit Markus hat mir - nach vielen Jahrzehnten - ermöglicht, in gewisse Aspekte meines Lebens Frieden zu bringen. Für seine Begleitung in unserer Gruppe bin ich unendlich dankbar.“

Hanna S.-K., ehem. Lehrerin

„Markus Lemke begegnet den Menschen mit Offenheit und Leichtigkeit. Dies ist erfrischend, anregend und heilsam zugleich, ebenso sehr ermutigend. Er hat die Gabe, die verschiedenen Übungen natürlich anzuleiten, so dass ich rasch meine Hemmungen ablegte. Schon bald empfand ich es als ganz selbstverständlich, mit meiner Stimme zu experimentieren. Die Atmosphäre in der Gruppe war achtsam und wertschätzend. Im Zusammenspiel mit dem ganzheitlichen Ansatz der Gestalttherapie geht Markus einfühlsam und mit Verantwortung auf seine Teilnehmer ein, unterstützt sehr klug so wenig wie möglich und so viel wie nötig, um den Selbstausdruck der Einzelnen zu stärken. Das Gefühl der Selbstwirksamkeit stellt sich ein und somit wächst das Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten. Zum Ende des Kurses fiel mir ganz nebenbei auf, dass ich nicht mehr über Wirkung, Schwingung, die Resonanz meiner Stimme nachdachte, sondern frei und ohne Unsicherheit sprach und sang. Ein gutes Gefühl. Markus Lemke ist für mich ein inspirierendes Vorbild.“

Barbara M., Gestalttherapeutin

Teilnahmebedingungen für alle Veranstaltungen:

Normale körperliche und seelische Belastbarkeit wird bei Teilnahme vorausgesetzt.

Seminaranmeldung: wenn nicht anders angegeben, an markuslemke@live.de. Die Seminarreihe *Den Weg der Stimme gehen...* ist ein Erfahrungs- und Übungsweg, der von Selbsterfahrung über konkrete Stimmarbeit bis zu freiem, intuitivem Gebrauch und Entfaltung von Stimme und Persönlichkeit führt. Die Kurse bauen aufeinander auf, sind aber auch einzeln und ohne Vorkenntnisse belegbar. Die Halbjahresgruppen *Immermehrstimmigwerden* - Stimme und Gestalt sowie *Men at Work* - Männer im Wandel sind geschlossene Gruppen, bei Verlängerung können nach Absprache neue Teilnehmer/innen aufgenommen werden. Bei Rücktritt ab zwei Wochen vor Kurs- bzw. Gruppenbeginn werden 50 % des Beitrages berechnet, sofern kein Ersatz gestellt wird.

Alle Seminare und Gruppen finden unter Einhaltung der bei Veranstaltungsbeginn geltenden Corona Schutzmaßnahmen statt. Veranstalter der Seminare in der Altentagesstätte Bammental: Liederkranz Bammental e. V. Veranstalter von *Was Corona mit uns macht...* und *Die eigene Stimme finden...*: Bildungshaus Neckarelz, Martin-Luther-Straße 14, 74821 Mosbach, Anmeldung direkt bei: www.bildungshaus-neckarelz.de. Veranstalter von *Stimme online!*: Ökumenisches Bildungszentrum sanctclara, B 5, 19, 68159 Mannheim, www.sanctclara.de, Anmeldungen direkt bei: sanctclara Mannheim, Tel.: 0621/17857-0, service@sanctclara.de Rücktrittsregelungen siehe jeweils dort.

Drucklegung: April 2021, Auflage: 500. In seltenen Fällen können sich Seminartermine verschieben. Aktualisierte Termine oder kurzfristig hinzukommende Veranstaltungen sind immer auf der Webseite www.markuslemke.de unter ‚Aktuell‘ angekündigt.

Fragen, weitere Informationen und Anmeldung bei:

Markus Lemke
Fischersberg 33
69245 Bammental
Tel: 06223/954327
Mobil: 0172/9591603
markuslemke@live.de
www.markuslemke.de



Markus Lemke ist Konzertsänger, Gestalttherapeut, Gesanglehrer und Rezipator. Er war einige Jahre Sprech-erzieher an der Uni HD und Mitarbeiter im Gestalt-Institut Heidelberg (GIH). Er wirkt u.a. als Lehrtherapeut und Seminarleiter am Symbolon-Gestaltinstitut Nürnberg. Er arbeitet im Grenzbereich von Stimme und Selbsterfahrung. Seine weiteren Erfahrungen in Körperarbeit und langjährige Praxis der Zen-Meditation finden sich in seinen Seminaren wieder und geben ihnen ihre ganz besondere Prägung. Durch seine direkte, einfühlsame und humorvolle Art, seine Freude an Stimmen und am Umgang mit Menschen sind sie - wie auch seine Einzelarbeiten mit Mensch und Stimme - anregende und heilsame Erfahrungen für Menschen auf dem Weg. Er lebt mit seiner Frau und seinen Kindern in der Nähe von Heidelberg. Weitere Infos: www.markuslemke.de und YouTube Kanal ‚Markus Lemke Stimme und Gestalt‘

Anmeldung, Info und Kontakt und V. i. S. d. P.:

Gesangstudio

Markus Lemke

Fischersberg 33

69245 Bammental

Tel: 06223/954327

Mobil: 0172/9591603

markuslemke@live.de

www.markuslemke.de