



## EINFÜHRUNGSKURS

### **Atem, Stimme und Entpanzerung** mit Katrin Grassmann

Dieser Kurs eignet sich für Menschen, die sich auf den Weg machen möchten, sich von festgefahrenen Mustern zu befreien. Als Einstieg in eine Einzeltherapie dienen diese 2 Tage der Öffnung, eine Art „Vorwaschgang“ für die individuelle Begleitung. Und natürlich ist es für alle, die sich auf das Dearlymuring Body & Voicework Transformationstraining im Herbst vorbereiten möchten.

Panzerungen sind Verhärtungen im System, die meist in den Kindheitsjahren entstanden sind um sich vor Verletzungen oder negativen Atmosphären des Umfeldes zu schützen. Es gibt physische, emotionale und charakterliche Panzerungen. Sie wirken sich - solange sie unbewusst sind - einengend auf die Atmung, den Körper, die Lust, das Verhalten und natürlich auf die Stimme und das Sprechverhalten aus.

Im geschützten Raum können die Teilnehmer ihre Schutzmuster erkennen, hautnah erleben, wie sie sie sich auswirken und herausfinden, ob diese Panzerungen heute wirklich noch dienlich sind. Nun wird es leichter, der Atem fließt freier, die Worte verbinden sich mit den Gefühlen, der Körperenergie strömt und es entsteht eine Verbindung zum wahren Selbst. Die Stimme wird wie von selbst frei!

Daraus erwächst der Mut, sich anderen Menschen und dem Leben ohne Schutzstrategien offen zuzuwenden. Und es macht Lust, sich selbst - also das wahre Selbst - zum Ausdruck zu bringen!

Methoden:

Atementpanzerung, emotionale Körperarbeit, Sprechbewusstheit, Heilung durch Töne

**Datum:** 06.07. - 07.07.2024

**Ort:** StimmSchule Ammersee  
Wildentenweg 9  
86938 Schondorf

**Zeiten:** Sa 10-18.00 So 10-16.00

**Teilnehmerzahl:** 5-10

**Kursgebühr:** 300€

**Übernachtung:** Es gibt 2 Gästezimmer im Haus (65€). Bei weiterem Bedarf geben wir gerne Tipps für Ferienzimmer am See.

## Anmeldeformular Einführung Atem, Stimme und Entpanzerung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Einführungskurs am 06.07. - 07.07.2024 in der Stimmschule Ammersee an.

Name:

Adresse:

Telefon:

Geburtsdatum

**Ich habe die Anzahlung von 150€ auf das untenstehende Konto überwiesen.  
Mein Platz ist nun reserviert. Den Restbetrag von 150€ zahle ich vor Kursbeginn.**

*Im Fall eines Rücktritts vor dem 22.02.2024 wird eine Bearbeitungsgebühr von 50€ fällig.  
Bei einem späteren Rücktritt ist die gesamte Kursgebühr fällig oder es wird ein Ersatzteilnehmer gestellt. Der Kurs kann aber im Folgejahr nachgeholt oder in eine andere Fortbildung der Stimmschule Ammersee eingetauscht werden.*

-----  
*Ort, Datum, Unterschrift*



Katrin Grassmann  
Wildentenweg 9 • 86938 Schondorf • T 08192 - 99 724 76 • info@katrin-grassmann.de • www.stimmschule-ammersee.de

**Bankverbindung: Katrin Grassmann DE85430609678237882301 GLS Bank**