



**Mag. Martina  
Steffl-Holzbauer**

Gesangspädagogin an der  
Universität für Musik und  
darstellende Kunst in Wien;  
Referentin für Stimmbildung,  
internationale solistische Kon-  
zerttätigkeit als Sängerin  
<http://www.martinasteffl.at>

**Termin**

Fr 17. Februar, 16 - 21 Uhr  
Sa 18. Februar, 9 - 17 Uhr

**Ort**

Bildungshaus St. Hippolyt,  
St. Pölten

**Beitrag**

€ 125,-

**Info und Anmeldung**

02742 / 324 2 352  
[charisma@kirche.at](mailto:charisma@kirche.at)

**Mitveranstalter**

Bildungshaus St. Hippolyt

## Singen leicht gemacht

*Spüre deinen Körper und du findest deine  
Stimme*

Der Atem ist Energie. Die Stimme ist hörbar gemach-  
ter Atem. Schöpfe sie aus, entdecke sie, bring sie zur  
Entfaltung!

### Ihr Nutzen

- Sie tun Ihrer Stimme etwas Gutes.
- Sie kommen länger mit Ihrer Luft aus.
- Sie singen und sprechen lauter und kräftiger.
- Sie erreichen leichter Höhen und Tiefen.

### Vorgehen

Entspannungs- und Lockerungsübungen, Arbeit mit  
Atem, Körperhaltung und Aussprache sowie andere  
hilfreiche Tipps und Tricks zur Stimmbildung und  
Stimmerhaltung. Gemeinsames Singen (keine Angst:  
niemand muss alleine singen) und: Jeder/jede kann  
singen ...

### TeilnehmerInnenkreis

Alle, die gerne singen oder damit beginnen wollen,  
ChorsängerInnen, LehrerInnen, KindergärtnerInnen  
und jene, die ihre Stimme viel brauchen.