



Communität
Christusbund
Selbitz

Alexander-Technik Seminar

04. - 07.03.2027

„Sprechen und Präsentieren“

F.M. Alexander (1869-1955) entwickelte die nach ihm benannte Methode anhand des Sprechens. Durch eine bessere Balance im Stehen und eine freiere Atmung gelang es ihm, seine Heiterkeit beim Rezitieren auf der Bühne zu überwinden. Was bedeutet diese Erfolgsgeschichte für uns? Die Anwendung der Alexander-Technik hilft beim Sprechen - im persönlichen Alltag ebenso wie bei Präsentationen im Arbeitsumfeld. Die Stimme kommt durch die Alexander-Technik zur vollen klanglichen Entfaltung. Erlebnisse der Befreiung der eigenen Stimme wirken sich auf die gesamte Persönlichkeit aus. Die Erfahrungen werden z.B. beim Singen oder Musizieren hörbar und wenn Sie ein Musikinstrument spielen, dürfen Sie es gerne mitbringen, um die neuen körperlichen Erlebnisse damit auszuprobieren. Im Alexander-Technik Seminar gehen wir der Spur von F.M. Alexander nach und eröffnen davon das weite Feld der Anwendung der Methode.

Wir heißen Vertraute sowie Neueinsteiger willkommen. Die Teilnahme ist in bequemer Alltagskleidung, evtl. mit warmen Socken, möglich. Wir gehen auf individuelle Themen ein und arbeiten in der Gruppe sowie in Einzelsessions. Ausführliche Informationen über die Alexander-Technik finden Sie auf www.ataz.de. Bei weiteren Fragen kontaktieren Sie bitte Manuel Eberle unter m.eberle@ataz.de.

Leitung:
Manuel Eberle und Sr. Erika Stadelmaier,
Lehrer/-in für Alexander-Technik

Kosten:
DZ ohne/mit Du+WC € 192,-/240,-
EZ ohne/mit Du+WC € 222,-/270,-
Frühbucher-Kursgebühr € 350,-
bis zu 30 Tage vor Seminarbeginn.
Danach berechnen wir 20,- € Aufschlag.



Communität
Christusbund
Selbitz

Alexander-Technik Seminar

04. - 07.03.2027

„Sprechen und Präsentieren“

F.M. Alexander (1869-1955) entwickelte die nach ihm benannte Methode anhand des Sprechens. Durch eine bessere Balance im Stehen und eine freiere Atmung gelang es ihm, seine Heiterkeit beim Rezitieren auf der Bühne zu überwinden. Was bedeutet diese Erfolgsgeschichte für uns? Die Anwendung der Alexander-Technik hilft beim Sprechen - im persönlichen Alltag ebenso wie bei Präsentationen im Arbeitsumfeld. Die Stimme kommt durch die Alexander-Technik zur vollen klanglichen Entfaltung. Erlebnisse der Befreiung der eigenen Stimme wirken sich auf die gesamte Persönlichkeit aus. Die Erfahrungen werden z.B. beim Singen oder Musizieren hörbar und wenn Sie ein Musikinstrument spielen, dürfen Sie es gerne mitbringen, um die neuen körperlichen Erlebnisse damit auszuprobieren. Im Alexander-Technik Seminar gehen wir der Spur von F.M. Alexander nach und eröffnen davon das weite Feld der Anwendung der Methode.

Wir heißen Vertraute sowie Neueinsteiger willkommen. Die Teilnahme ist in bequemer Alltagskleidung, evtl. mit warmen Socken, möglich. Wir gehen auf individuelle Themen ein und arbeiten in der Gruppe sowie in Einzelsessions. Ausführliche Informationen über die Alexander-Technik finden Sie auf www.ataz.de. Bei weiteren Fragen kontaktieren Sie bitte Manuel Eberle unter m.eberle@ataz.de.

Leitung:
Manuel Eberle und Sr. Erika Stadelmaier,
Lehrer/-in für Alexander-Technik

Kosten:
DZ ohne/mit Du+WC € 192,-/240,-
EZ ohne/mit Du+WC € 222,-/270,-
Frühbucher-Kursgebühr € 350,-
bis zu 30 Tage vor Seminarbeginn.
Danach berechnen wir 20,- € Aufschlag.



Communität
Christusbund
Selbitz

Alexander-Technik Seminar

04. - 07.03.2027

„Sprechen und Präsentieren“

F.M. Alexander (1869-1955) entwickelte die nach ihm benannte Methode anhand des Sprechens. Durch eine bessere Balance im Stehen und eine freiere Atmung gelang es ihm, seine Heiterkeit beim Rezitieren auf der Bühne zu überwinden. Was bedeutet diese Erfolgsgeschichte für uns? Die Anwendung der Alexander-Technik hilft beim Sprechen - im persönlichen Alltag ebenso wie bei Präsentationen im Arbeitsumfeld. Die Stimme kommt durch die Alexander-Technik zur vollen klanglichen Entfaltung. Erlebnisse der Befreiung der eigenen Stimme wirken sich auf die gesamte Persönlichkeit aus. Die Erfahrungen werden z.B. beim Singen oder Musizieren hörbar und wenn Sie ein Musikinstrument spielen, dürfen Sie es gerne mitbringen, um die neuen körperlichen Erlebnisse damit auszuprobieren. Im Alexander-Technik Seminar gehen wir der Spur von F.M. Alexander nach und eröffnen davon das weite Feld der Anwendung der Methode.

Wir heißen Vertraute sowie Neueinsteiger willkommen. Die Teilnahme ist in bequemer Alltagskleidung, evtl. mit warmen Socken, möglich. Wir gehen auf individuelle Themen ein und arbeiten in der Gruppe sowie in Einzelsessions. Ausführliche Informationen über die Alexander-Technik finden Sie auf www.ataz.de. Bei weiteren Fragen kontaktieren Sie bitte Manuel Eberle unter m.eberle@ataz.de.

Leitung:
Manuel Eberle und Sr. Erika Stadelmaier,
Lehrer/-in für Alexander-Technik

Kosten:
DZ ohne/mit Du+WC € 192,-/240,-
EZ ohne/mit Du+WC € 222,-/270,-
Frühbucher-Kursgebühr € 350,-
bis zu 30 Tage vor Seminarbeginn.
Danach berechnen wir 20,- € Aufschlag.

Anmeldung im Gästehaus
Ich melde mich an zur
Alexander-Technik G27-18
„Sprechen und Präsentieren“



Zeitraum 04.-07.03.27

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ, Ort:

Geburtsdatum:

Telefon:

Mail:

Beruf:

Verpflegung:

Zimmerwunsch

(berücksichtigen wir soweit möglich):

DZ mit Waschbecken ☐

DZ mit DU+WC ☐

EZ mit Waschbecken ☐

EZ mit DU+WC ☐

Anreise: zwischen 15.00 und 17.00 Uhr

Datum, Unterschrift

Ich willige ein, dass meine persönlichen Daten
im Gästehaus gemäß § 6 DSGVO zum Zwecke der
Auftragsabwicklung erhoben und verarbeitet werden.
Die datenschutzrechtliche Einwilligung ist jederzeit widerrufbar
und unabhängig von der Teilnahme am Seminar.

Anmeldung im Gästehaus
Ich melde mich an zur
Alexander-Technik G27-18
„Sprechen und Präsentieren“



Zeitraum 04.-07.03.27

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ, Ort:

Geburtsdatum:

Telefon:

Mail:

Beruf:

Verpflegung:

Zimmerwunsch

(berücksichtigen wir soweit möglich):

DZ mit Waschbecken ☐

DZ mit DU+WC ☐

EZ mit Waschbecken ☐

EZ mit DU+WC ☐

Anreise: zwischen 15.00 und 17.00 Uhr

Datum, Unterschrift

Ich willige ein, dass meine persönlichen Daten
im Gästehaus gemäß § 6 DSGVO zum Zwecke der
Auftragsabwicklung erhoben und verarbeitet werden.
Die datenschutzrechtliche Einwilligung ist jederzeit widerrufbar
und unabhängig von der Teilnahme am Seminar.

Anmeldung im Gästehaus
Ich melde mich an zur
Alexander-Technik G27-18
„Sprechen und Präsentieren“



Zeitraum 04.-07.03.27

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ, Ort:

Geburtsdatum:

Telefon:

Mail:

Beruf:

Verpflegung:

Zimmerwunsch

(berücksichtigen wir soweit möglich):

DZ mit Waschbecken ☐

DZ mit DU+WC ☐

EZ mit Waschbecken ☐

EZ mit DU+WC ☐

Anreise: zwischen 15.00 und 17.00 Uhr

Datum, Unterschrift

Ich willige ein, dass meine persönlichen Daten
im Gästehaus gemäß § 6 DSGVO zum Zwecke der
Auftragsabwicklung erhoben und verarbeitet werden.
Die datenschutzrechtliche Einwilligung ist jederzeit widerrufbar
und unabhängig von der Teilnahme am Seminar.