

STEMME OG KROPP

workshop med

Berit Meland & Synne Meland

HISNAKUL ANDENES 2 - 4 MAI 2008

Fredag 2.mai	kl 1800-2100
Lørdag 3.mai	kl 1000-1800
Søndag 4.mai	kl 1000-1800

Deltakere maks 12 personer
Pris kr. 2000,- pr deltaker

***Dette er en invitasjon til alle
som har lyst til å utforske stemmen
og kroppen som kilde til glede, fokus og livskraft!
Vi arbeider sammen i samlet gruppe over tre dager.
Vi synger sammen og vi synger alene.
Sangteknikk og det musiske uttrykk.
Vi møtes på en yogamatte.
Vi puster liv og bevissthet inn i alle cellene i kroppen.
Vi møtes i GLEDEN ved å være i en kropp,
og GLEDEN ved å synge.***

Ingen, lite eller mye erfaring.
Alle er velkomne!

For informasjon og påmelding ta kontakt med oss:
Berit: tlf: 92 46 34 40, mail: berit.meland@bof-nett.no
Synne: tlf: 41 24 60 61, mail: synne70@gmail.com

HVEM ER VI? Ja vi ER søstre! HURRA!!



Berit arbeider med stemme og sang med utgangspunkt i Komplette Sangteknikk. Hun studerer ved Complete Vocal Institute i København under veiledning av Cathrine Sadolin. Sangteknikken er konkret og for alle stilarter! Filosofien er at alle lyder kan lages sunt, og at alle kan synge eller lære å synge. Vi ble født med evnen. Alle har vi vår egen unike stemme.

www.beritmeland.no



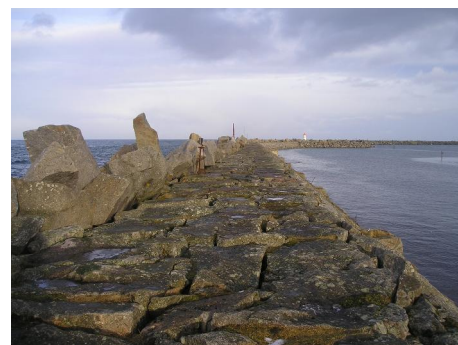
Synne har lang erfaring som utøvende sanger. I tillegg har hun gjennom mange år benyttet yoga som et fantastisk verktøy til tilstedeværelse og helhet i livet...og i sangen! Denne naturlige koblingen mellom stemme og kropp er et kjent, men kanskje glemt univers for mange. Vi vil så gjerne utforske og leke i dette univers sammen med flere...

www.yogabeyond.no

Praktiske opplysninger:

Ta med:

- *En sang du vil arbeide med i den sangtimen som er bare din.
- *Velg en sang du liker og som du har lyst til å synge. Hvilken som helst stilart. Øv litt på den før vi møtes.
- *Ta med noter eller besifring eller playback på denne sangen, vi har antagelig både piano og pianist. Selvfølgelig kan du også synge uten noe komp.
- *Et pledd og yogamatte om du har.



Overnatting:

Det finnes mange gode overnattingstilbud i Andenes. På Hisnakul hvor kurset holdes, finnes rimelige og enkle overnattingsmuligheter. Se: www.hisnakul.no

Andre muligheter: www.fargeklatten.no
www.andoyturist.no

Det er mulig å fly til Andenes, og flyplassen ligger i gangavstand fra sentrum

