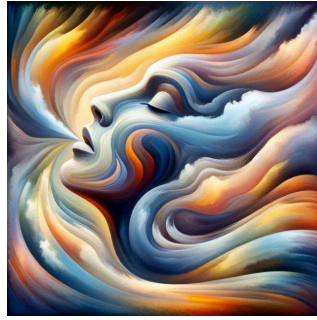


מסע קולי ייחודי – סדנת עומק לחיבור עצמי דרך קול בתנועה

בואו לגלות את קולכם מחדש

הנחיה: שירי גולן



****הצטרפו לסדנה תהליכית ומעמיקה – חיבור עצמי דרך הקול והתנועה****

אני מזמינה אתכם להצטרף למסע קולי ייחודי ומעמיק שמפגיש אותנו יחד דרך שירה בהרמוניה, חקר הקול בתנועה אורגנית, ביטוי רגשי ושחרור.

פרטים טכניים:

הסדנה תהליכית (8 מפגשים), מפגש פעם בשבוע, באורך של שעה וחצי-שעתיים, במדרשת בן גוריון.

עלות הסדנה כולה: 700 ש"ח.

תשלום עבור מפגש בודד - 100 ש"ח.

הסדנה תתחיל בספטמבר.

מה נעשה בסדנה?

שירה משותפת והרמוניה קולית: נשיר טקסטים שבטיים בשפות שונות, נחוה חיבור עמוק דרך שירה בהרמוניה ונבנה יצירות ספונטניות וחיות בקולות משותפים.

חקר קול בתנועה אורגנית: נחקור את הקול דרך תנועה טבעית, נלמד כיצד תנועה וקול משתלבים יחד ליצירת ביטוי עצמי.

ביטוי רגשי ושחרור דרך קול ותנועה: נעבוד על הפעמת הגוף בדרכים שונות כדי לאפשר שחרור רגשי וביטוי עצמי דרך הקול, תוך חיבור עמוק לעצמנו ולסביבה.

משחקי אלתור ומדיטציות קוליות: נתנסה במשחקים קוליים ואלתור מוזיקלי בחוויה מהנה ומעצימה, מדיטציות קוליות, ותרגילי הדהוד שיאפשרו חקירה יצירתית וביטוי חופשי.

*הסדנה אינה מכוונת להופעות או הצגות, אלא אם יבשיל משהו שהקבוצה תרצה להציג. הדגש הוא על תהליך ההתפתחות הפנימית.

למי הסדנה מתאימה?

הסדנה מתאימה לנשים ולגברים מגיל 18 ומעלה, ואין צורך בניסיון קודם – רק רצון לפתוח את הלב ולהעמיק בחיבור לקול ולביטוי העצמי.

*כמות המשתתפים מוגבלת – מומלץ להירשם בהקדם כדי להבטיח את מקומכם.

אשמח שתצטרפו אליי לחוויה מעצימה וייחודית של חיבור קול ותנועה!

לפרטים נוספים והרשמה, ניתן לפנות אליי ישירות בטלפון: 050-8599957.

שירי 