



Ich biete Einzelunterricht in Gesangs- und Sprechtechnik sowie Gruppenunterricht in der Feldenkraismethode an.

Jedes kann auch unabhängig voneinander genutzt werden.

Außerdem veranstalte ich Workshops, bei denen ich mit Hilfe von Stimme und Atemtechnik und der Feldenkraismethode Ihre stimmliche Präsenz unterstützen möchte. Diese Workshops eignen sich besonders für Chorsänger und Lehrer.

Für den Besuch sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Ich freue mich auf Ihre Anfrage!



Johanna Koslowsky

ist Konzertsängerin und Sopranistin des international bekannten Vokalensembles Cantus Cölln, mit dem sie über 30 CDs aufgenommen hat.

Zusätzlich machte sie eine Ausbildung zur Feldenkraislehrerin als sie merkte, dass ihre Stimme ohne Unterstützung ihres Atems und ihres Körpers nicht immer hinreichend funktionierte. Seit einigen Jahren unterrichtet sie sowohl Sänger (auch Chorsänger) als auch Schauspieler und Personen, die in „Sprecherberufen“ arbeiten.

Außerdem wirkte sie an mehreren Schauspielproduktionen, z.B. an der Studiobühne, am Theater im Bauturm und im Comedia Theater Köln, als Gesangscoach mit.

Kontakt und Terminvereinbarung:

Johanna Koslowsky
Stimme und Feldenkrais
Ubierring 52
50678 Köln

Tel: 0221/42047321
Mobil: 0177/3071961
Internet: www.johanna-koslowsky.de
E-Mail: j.koslowsky@web.de

Stimme

Atem

Körper

**Stimmtraining
und Feldenkrais**
mit
Johanna Koslowsky

Für Menschen, die
ihre stimmliche
Präsenz unterstützen
und verbessern wollen



Wird Ihre Stimme im Beruf oder privat stark beansprucht?

Stimme

Sie können lernen, Ihre Stimme mit Hilfe von Technik, Ihres Atems und Ihres ganzen Körpers zu unterstützen.

Versagt Ihre Stimme, wenn sie nervös sind?

Egal, ob Sie

Schauspieler/in, Sänger/in, Lehrer/in, Chorsänger/in oder in einem anderen Bereich tätig sind, in dem Sie Ihre Stimme viel benutzen – Sie werden wahrscheinlich auch schon Situationen erlebt haben, in denen Ihre Stimme überfordert war.

Ich möchte Ihnen zeigen, wie Sie mit Hilfe von Gesangs- und Sprechtechnik, Atem und Körper Ihre Stimme unterstützen können.

Da die Feldenkraismethode besonders mit dem Bewusstwerden einzelner Bewegungsabläufe arbeitet, ist sie die ideale Ergänzung zu Gesangs- und Sprechunterricht.

**Haben Sie manchmal das Gefühl, dass Ihre Stimm-
bänder Unterstützung
gebrauchen könnten?**

**Die Feldenkraismethode –
Bewusstheit durch Bewegung**

Als sich der israelische Physiker Moshé Feldenkrais (1904-1984) am Knie verletzte und ihm das Risiko einer Operation zu hoch erschien, begann er, die menschliche Anatomie zu studieren und Bewegungen bis ins letzte Detail zu beobachten. So entwickelte er die Feldenkraismethode.

Vom Leistungssportler bis zum chronischen Schmerzpatienten, vom Sänger bis zum Tänzer – eigentlich kann jeder seine Bewegungen durch Feldenkrais optimieren. Durch gezielte Übungen erlangen Sie mehr Beweglichkeit, sind ausgeglichener und gehen bewusster mit sich und Ihrem Körper um.

Körper