

*Bewegung - Atem - Stimme - Sein*

*Das Wie der Bewegung  
weist Wege  
für das Wie des Atems*

*Im Wie des Atems  
schlummern  
Pfade der Bewegung*

*Beide laden ein zum  
Sein  
mit der Stimme  
Einssein  
Mit mir  
Mit anderen  
Miteinander sein*

Johanna Sander

# Lebensge- staltung und Persönlich- keitsbildung

## **Evangelisches Bildungs- und Tagungszentrum Bad Alexandersbad**

Markgrafenstraße 34  
95680 Bad Alexandersbad  
Tel. 092 32/99 39-0  
Fax 092 32/99 39-99

Büro:  
Mo. bis Do. von 8.30 bis 12.00 Uhr  
und von 14.00 bis 16.00 Uhr  
Fr. von 8.30 bis 12.00 Uhr

info@ebz-alexandersbad.de  
www.ebz-alexandersbad.de

Sie können sich mit Fax, E-Mail, dieser Karte oder über unsere  
Homepage [www.ebz-alexandersbad.de](http://www.ebz-alexandersbad.de) anmelden.  
Unsere Preise umfassen Vollpension und Seminargebühr.

Titelbild: pixabay

## **Aufblühen mit der Stimme - Stimme trifft Yoga**

Ein Wochenende für Stimme, Körper  
und Achtsamkeit

**27.03. bis  
29.03.2026**



Evangelisches Bildungs-  
und Tagungszentrum  
Bad Alexandersbad

Das Leben entfalten!



## Aufblühen mit der Stimme - Stimme trifft Yoga

### Ein Wochenende für Stimme, Körper und Achtsamkeit

Unsere Stimme ist ein Ausdruck unseres Innersten – sie ist Resonanzträger, Spiegel und Brücke zugleich. In diesem klangorientierten Seminar tauchen wir achtsam und spielerisch in die Welt der Stimme ein. Es geht um das lustvolle Erforschen der eigenen Klangräume. Durch Summen, Tönen, Singen und gemeinsame Stimmprozesse entstehen neue Erfahrungsräume. Die Yogapraxis ist in diesem Seminar bewusster Partner der Stimmarbeit. Bewegung, Atem, Fokus und Stille aus dem Yoga helfen dabei, Körperräume zu öffnen, Spannungen zu lösen und Präsenz zu entwickeln – die ideale Grundlage für eine freie, authentische Stimme. Es erwarten Sie körper- und klangorientierte Stimmarbeit, achtsame Yogapraxis, Atem- und Wahrnehmungsübungen, Summen, Tönen und freies Klingen in der Gruppe, Zeiten der Stille, Naturverbundenheit und Regeneration.

<b>Leitung</b>	Johanna Sander, Sängerin, Gesangspädagogin, Logopädin Tina Wellenhöfer, Yogalehrerin
<b>Termin</b>	Fr., 27.03.2026, 18:00 Uhr bis So., 29.03.2026, 13:00 Uhr
<b>Kosten</b>	278,- EUR im EZ; 254,- EUR im DZ

#### Programmablauf:

##### Freitag, 27. März 2026

- 18.00 Abendessen
- 19.00 Begrüßung und Einstimmung  
Körper, Stimme, Seele

##### Samstag, 28. März 2026

- 08.15 Frühstück
- 09.30 Guten Morgen, Stimme
- 10.45 Yoga
- 12.00 Mittagessen
- 14.30 Stimme und Yoga in der Natur
- 15.30 Kaffeepause
- 16.00 Erkunde dein Stimmteam
- 18.00 Abendessen
- 19.30 Yoga und Singen zum Tagesausklang

##### Sonntag, 29. März 2026

- 8.15 Frühstück
- 9.30 Gemeinsam Stimme erleben
- 10.00 Genieße Körper und Atmen im Fluss
- 11.00 Tönen, Klingen, Singen
- 11.30 Abschlussrunde
- 12.00 Mittagessen

## Ihre Anmeldung

Anmeldung zum Seminar „Aufblühen mit der Stimme -  
Stimme trifft Yoga“

27. bis 29. März 2026

Evangelisches Bildungszentrum Bad Alexandersbad

#### Teilnehmerbeitrag:

Einzelzimmer 278,- EUR

Doppelzimmer 254,- EUR

**Anmeldeschluss:** Freitag, 13. März 2026

**Name:** .....

**Vorname:** .....

**Straße:** .....

**PLZ:** ..... **Ort:** .....

**Telefon:** .....

**E-Mail:** .....

Ich wünsche vegetarische Kost

besondere Hinweise .....

.....

Doppelzimmer       Einzelzimmer

Mit Ihrer Seminaranmeldung akzeptieren Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Insbesondere auf die Stornobedingungen weisen wir explizit hin. Wir empfehlen den Abschluss einer Seminarversicherung (z. B. [www.hansemerkur.de](http://www.hansemerkur.de)).

Buchung und Information unter:

**09232 9939-0**

per E-Mail: [info@ebz-alexandersbad.de](mailto:info@ebz-alexandersbad.de)

oder über unsere Homepage: [www.ebz-alexandersbad.de](http://www.ebz-alexandersbad.de)