

# Wohin mit meinem Lampenfieber?

## Für Hobbymusiker\*innen - Kursangebot

Kursnummer 26L361504

Beginn Freitag, 17.04.2026, 10:30 - 12:00 Uhr

Dauer 4 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.10

Dozent Filine Precht

Kursentgelt 56,00 €

Feuchte Hände und weiche Knie? Oftmals stehen wir uns selber mit unserer Aufregung im Wege. Spielerisch und experimentierfreudig erkunden wir mit Hilfe von Alexandertechnik Atem-, Körper- und Raumwahrnehmung. Dabei machen wir uns Körperreaktionen bewusst und können diese durch neue Beweglichkeit und andere Denkansätze verändern. Sie finden in Auftrittssituationen Sicherheit und Vertrauen im eigenen Körper.

### Kurstermine

#### Datum Uhrzeit Ort

17.04.2026 10:30 - 12:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.10

24.04.2026 10:30 - 12:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.10

15.05.2026 10:30 - 12:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.10

22.05.2026 10:30 - 12:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.10

[zur Kursdetail-Seite](#)

# Wohin mit meinem Lampenfieber?

## Für Hobbymusiker\*innen - Kursangebot

Kursnummer 26L361504

Beginn Freitag, 17.04.2026, 10:30 - 12:00 Uhr

Dauer 4 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.10

Dozent Filine Precht

Kursentgelt 56,00 €

[zur Kursdetail-Seite](#)