

Singen macht glücklich und gesund?!

Kursnummer	26Z230187
Beginn	Sonntag, 01.02.2026, 11:00 - 17:00 Uhr
Dauer	1 Termin(e)
Ort	VHS Studienhaus, 505, Cäcilienstr. 35, 50667 Köln
Lehrkraft	Dr. Anette Einzmann
Kursentgelt	40,00 €

Ein schwingender Ton geht einher mit einem gut tonisierten Körper und einem gelassenen Atem. Es werden sowohl Stress und Verspannungen wie auch Unterspannungen ausgeglichen. Ein schwingender Ton heißt aber auch, dass ich mit mir und meinen Gefühlen verbunden bin. Singen ist eine gute Möglichkeit sich selbst wahrzunehmen und dabei gleichzeitig in einer Gemeinschaft zu sein. So bringt das Singen Polaritäten in die Balance; es hilft uns auf eine unaufdringlich lustvolle Weise; es beglückt.

Bitte gemütliche Socken und eine Decke mitbringen.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
01.02.2026	11:00 - 17:00 Uhr	VHS Studienhaus, 505

[zur Kursdetail-Seite](#)