

ME 447

## Stimme und Atem

### Inhalt und Ziele

Eine Stimme kann belegt sein oder ausdrucksstark, piepsig oder angenehm. Ihr Klang in den Ohren anderer bestimmt wesentlich, wie gut wir ankommen, denn die Stimme ist ein wichtiger Teil unserer Persönlichkeit.

Dieses Training vermittelt Ihnen die Grundlagen zum Aufbau und zur Entfaltung Ihrer Stimme. Die Arbeit am Atem unterstützt die persönliche Entwicklung und trägt dazu bei, die körperliche und mentale Gesundheit des Menschen zu erhalten. Die Qualität des Atems bestimmt die Qualität der Stimme und ist somit ein unverzichtbarer Bestandteil des Stimmtrainings.

Wir machen alltagstaugliche und schnell erlernbare Übungen für

- eine kraftvolle Stimme,
- eine gut sitzende und tragfähige Stimme,
- einen besseren Stimmklang,
- die richtige Atemtechnik,
- das Zusammenspiel von Atem und Bewegung,
- den Einsatz des Atems in der freien Rede.

### Lernmethode

Theorie-Input, Körperübungen

### Zielgruppe

Führungskräfte, Projektleiter:innen, Verhandlungsleiter:innen, Mitarbeitende in der Öffentlichkeitsarbeit; Personen, die in Sprechberufen tätig sind

### Trainerin und Trainer

Herr Ronny Hein, Freiraum Kommunikation Daniela Zeller GmbH

Frau Daniela Zeller, Freiraum Kommunikation Daniela Zeller GmbH

## **Zeit & Ort**

Dauer: 2 Tage  
Seminarnummer: ME 447  
Termin: Tag 1: 16. Mai 2023 mit Daniela Zeller  
Tag 2: 17. Mai 2023 mit Ronny Hein  
Ort: Schloss Laudon

## **Organisation**

In Verantwortung von: Frau Mag.<sup>a</sup> Verena Proksch  
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

## **Anmerkungen**

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung.

## **Über die Trainerin und den Trainer**

### **Ronny Hein**

Freiraum Kommunikation Daniela Zeller GmbH, Leitung Sprecherausbildung; Trainer für Stimme, Sprechen, Atem, Rhetorik und Präsentation; seit 2009 freischaffender Schauspieler, Regisseur, Filmemacher, Sprecher und Kommunikationstrainer. Schauspielstudium am Konservatorium der Stadt Wien; Engagement am Theater in der Josefstadt und am Wiener Burgtheater  
[office@freiraum-kommunikation.at](mailto:office@freiraum-kommunikation.at)

### **Daniela Zeller**

Freiraum Kommunikation Daniela Zeller GmbH, Geschäftsführerin; Autorin, Moderatorin, Kommunikationsexpertin. Internationale Ausbildung zur Stimm- und Sprechtrainerin, akademische Atempädagogin, zertifizierte systemische Coach; Lektorin an mehreren Universitäten  
[office@freiraum-kommunikation.at](mailto:office@freiraum-kommunikation.at)