

# Texte präsentieren

## Atmung – Stimme – Modulation

Wer eigene Gedichte, Kurzgeschichten, Erzählungen oder Romane verfasst, wird diese zu gegebener Zeit auch präsentieren wollen und da kommen die Stimme und die Artikulation, eine abwechslungsreiche Modulation und das Pausensetzen ins Spiel.

Habt Ihr Euch schon einmal Gedanken über Eure Stimme gemacht? Klingt sie angenehm, setzt Ihr sie locker und natürlich ein oder stoßt Ihr mit Eurem Stimmvolumen manchmal an Eure Grenzen?

Dazu kommt, dass eigene Texte zu präsentieren ungleich schwieriger ist als etwas vorzulesen, weil so viel Herzblut dran hängt.

Beim Seminar „**Texte präsentieren**“ beschäftigen wir uns einerseits mit der richtigen Atmung, dem schonenden Einsatz des Kehlkopfes und der natürlichen Stimmlage, und andererseits mit der Beseelung des Textes durch die Möglichkeiten der Modulation – denn die ZuhörerInnen sollen ja von Euren Texten gefesselt werden.

### **Sunny Rabl**

geboren in Innsbruck

**Schauspielausbildung** am Landestheater Innsbruck, jahrelange Bühnenerfahrung in der freien Szene Innsbruck, zuletzt

Nov. 2014 – „Brautstehlen“ von

Christine Frei im Freien Theater Innsbruck

2012 - „Offene Zweierbeziehung“ von

Dario Fo am Kellertheater Innsbruck

seit 1999 **Radiomoderatorin**

seit 2013 **Radio U1 Tirol**

vorher bei Antenne Tirol, Antenne Salzburg, Antenne Wien, Radio Max und Radio Arabella

**WIFI-Trainer-Zertifikat**

**Seminartätigkeit seit 2008** unter anderem am WIFI Innsbruck und am WIFI Salzburg



**Termin**

Samstag, 21. September 2024 – 9.00 – 16.00 Uhr

Freitag, 27. September 2024 – 17.00 – 21.00 Uhr

**Ort**

Verein Kraft für Leben, Speckbacherstr. 30, Innsbruck-Wilten

Wir beschäftigen uns:

- ❖ mit dem Stimmsitz (liegt er richtig, wenn nein – mit welchen Übungen kann er gefunden werden)
- ❖ mit der Atmung (wird die Bauchatmung benutzt – wenn nein, wie kann sie trainiert werden)
- ❖ mit den Resonanzbereichen (wird in allen drei Resonanzbereichen – Kopf/Kehlkopf und Brustbereich – gesprochen oder muss speziell der Brust-Resonanzbereich aktiviert werden)
- ❖ mit der Artikulation (sind deine Sprechwerkzeuge gut trainiert oder schlaff)
- ❖ mit der Modulation (wird abwechslungsreich, spannend und interessant präsentiert/gelesen)
- ❖ mit den mitgebrachten Texten

**Feedbacks** von Teilnehmern meiner Seminare kannst Du auf meiner Homepage nachlesen:

<http://www.sunnyrabl.com/page/seminare/feedback.php?leptoken=d3eea35f698bee1c29ed3z1433410877>

Ich arbeite mit maximal 8 - 10 Personen.

**Kosten**

KfL-Mitglieder 90 € Nicht-Mitglieder 130 €

Teilnehmer der Schreibgruppe mit 10er-Block 60 €

**Anmeldung:**

Lisa Kutmon

[e.kumton@kraftfuerleben.org](mailto:e.kumton@kraftfuerleben.org)

sms/What's App an 0699 16202020