

Kurs Nr. 1300

Ich bin dann mal in meiner Rolle



Zielpublikum: Theatermenschen, die an Mentaltraining interessiert sind

Kursbeschreibung

Die Rolle nicht nur spielen, sondern erleben. Durch die neuesten Erkenntnisse in der Neurologie und Psychologie, wissen wir mittlerweile sehr gut, wer, was und wie viel Einfluss hat, wie wir zu unseren Einstellungen im Leben, sprich Charakter kommen. Dies sind auch die Grundlagen dieses Kurses. Du wirst die Fähigkeit erwerben, deine Rolle zu «verankern» und «entankern». Also innert Sekunden vollkommen in die Rolle «schlüpfen» und sie auch wieder «ablegen». Du wirst die Möglichkeit erfahren, Lampenfieber als riesiges Potenzial zu nutzen, wie auch das Gelernte als zusätzlichen Mehrwert in deinem Alltag nutzen können.

Kursleitung **Martin Hefti**

Diplom von der Swiss Prävensana Akademie SPA als Mentaltrainer. Diplom von der Swiss Mental Akademie SMA als Sport Mental Coach (Sport – Hypnose – Therapie). Diplomarbeit mit einer Theatergruppe erarbeitet, wie auch Mitglied in einem Theaterverein.

Tageskurs 10. Februar 2024
Samstag 9.30 bis 17.30 Uhr

Kursort 3532 Zäziwil
Hotel Appenberg | Appenbergstr. 36

Kurskosten Mitglieder 185.- inkl. Verpflegung
Nichtmitglieder 245.- inkl. Verpflegung

Anmeldeschluss 8. Januar 2024

Kursbegleitung Uschi Liechti | amathea.ch

