

## Stimme – Sprache – Präsenz

In dieser Workshop-Reihe bekommen Sie tiefe Einblicke in die Ausbildung von Bühnen- und Sprech-Profis sowie Sprechtraining, Stimmbildung, Schauspiel- und Atemtraining.

Ihre Instrumente sind Stimme und Körper.

Mit sprech- und bühnentechnischen Werkzeugen aus der Schauspielpraxis, Sprechwissenschaft und Sprecherziehung, wissen Sie, wie Ihre Stimme wirkt und was Sie für Ihren gesunden stimmlichen Einsatz noch benötigen. Mit dem Ziel, gut bei Stimme zu sein, selbst in Stresssituationen.

Sie haben die Möglichkeit sich zur Kursreihe im Frühjahr oder Herbst anzumelden.

### Wesentliche Inhalte

#### Stimm-Analyse und Training

Was bringe ich mit: Person, Auftreten, Stimme, Körper, Atmung, Wirkung, Ausstrahlung und Zweck des Vortrags. Sie lernen stimmtechnisch besser mit Belastungsgrenzen umzugehen und ihr persönliches sprachliches Entwicklungspotenzial zu erweitern.

#### Coaching & Stimme

Stimme und Persönlichkeit gehören zusammen und unterstützen sich gegenseitig. Stimme, Sprachduktus, Gestik und Mimik verraten viel über uns und sind ein helfender Freund.

#### Meine Werkzeuge

Welcher Mittel bedienen sich Darsteller, auf der Bühne, im TV, Podcast, Radio oder den neuen Medien. Wie kann ich Theatergruppen oder Theaterspiele kreativ anleiten, mit ausreichend Platz zum Experimentieren.

### Die einzelnen Workshops:

#### Teil 1:

##### Das gesprochene Wort – professionelles Sprechen

Wie wird Sprache lebendig? Was kann meine Stimme? Wie setze ich Atem, Stimme und Sprechtechnik ein, um den Gedanken des Textes spannenden Ausdruck zu verleihen?

In diesem Workshop bekommen Sie Wissen und Tools, wie Sie Ihren Text vorbereiten, gestalten und vortragen: Phonetik-Regeln, die sprechtechnischen Werkzeuge Atem, Körper, Stimme und Inhalt und ein klares Ausloten Ihrer Intention beim Sprechen.

Wir arbeiten individuell an Ihren beruflichen Anforderungen. Die Teilnahme ist auch geeignet für Personen, die sprechtechnischen Grundkenntnisse an andere weitergeben.

#### Termine:

Samstag, 08. Februar 2025, 9:30 bis 16:30 Uhr,

Ort: Exerzitienhaus, Leitershofen

Samstag, 27. September 2025, 9:30 bis 16:30 Uhr,

Ort: Exerzitienhaus, Leitershofen

#### Teil 2:

##### Die Saiten meines kostbaren Instruments – die Stimme, die Atmung und mein Körper

Die Stimme ist unser Kommunikationsträger. Sie erweckt die Worte. Passen Ausdruck und Sprache zueinander? Sprechen Sie manchmal zu leise, zu schnell oder zu undeutlich? Können Sie sich in einer Gesprächsrunde stimmlich durchsetzen? Werden Sie bei stimmlichen Belastungen manchmal heiser oder mühsen husten?

Hier üben Sie mit neuen wissenschaftlichen Methoden den flexiblen Einsatz von Sprechtempo,

Lautstärke und Melodie. Sie lernen gesund mit Ihrer Stimme und Atem umzugehen.

#### Termine:

Samstag, 15. März 2025, 9:30 bis 16:30 Uhr,

Ort: Exerzitienhaus, Leitershofen

Samstag, 11. Oktober 2025, 9:30 bis 16:30 Uhr,

Ort: Haus Sankt Ulrich, Augsburg

#### Teil 3:

##### Intention und Ausdruck: Persönlichkeit – sie bringt alles in Einklang

Wer bin ich, was bringe ich mit und was will ich sagen!

Schärfen Sie Ihren Willen zur Kommunikation: Ihre Intention. Erlernen Sie Ihrem eigenen Echo zu lauschen und das gelungene Zusammenspiel von Stimme, Rhetorik und Körpersprache.

Hier erleben Sie die enge Verbindung zwischen Persönlichkeit und Stimme. Sie erleben, wie ihre Ängste und Zweifel ein Zugpferd für den Erfolg auf der „Bühne“ werden.

#### Termine:

Samstag, 05. April 2025, 9:30 bis 16:30 Uhr;

Ort: Haus Katharina von Siena, Augsburg

Samstag, 25. Oktober 2025, 9:30 bis 16:30 Uhr,

Ort: Exerzitienhaus, Leitershofen

#### Teil 4: Ästhetische Kommunikation

Gedichte oder Literatur für Sprecher/-innen- Das schöne und kunstvolle Sprechen als Technik. Wieviel Einfühlung in einen Text ist möglich, wieviel nötig? Wie gestalte ich einen Text anschaulich und bleibe doch der Erzähler? Hier vertiefen wir Ihre Kenntnis über die künstlerische Textarbeit.

Wie wird mein Vortrag anschaulich und unterhaltend? Hier bekommen Sie Einblicke in das ästhetische Sprechen, was derzeit „State of art“ ist und wie Sie auf ihrem sprachlichen Niveau daran teilhaben können. Zu ästhetischen Sprechen gehört auch das Hören.

##### Termine:

Samstag, 10. Mai 2025, 9:30 bis 16:30 Uhr, Ort: „Die Sprecherbuxe“, Roßsteinerstr. 5, Holzkirchen  
Samstag, 15. November 2025, 9:30 bis 16:30 Uhr Ort: „Die Sprecherbuxe“, Roßsteinerstr. 5, Holzkirchen

#### Teil 5:

##### Präsentieren wie die Profis vor der Kamera, am Mikro und auf der Bühne

Der richtige Umgang mit Mikrofon, Kamera und den neuen Medien ist wichtig. Dafür gibt es ein paar Regeln und interessante Kniffe: Vor dem Mikro, der Kamera und auf der Bühne. In diesem Kurs besuchen wir den Radiosender Alpenwelle. Wir nehmen sie dort unter Profibedingungen auf, sowohl Audio, als auch Video. Hier stehen Sie im Rampenlicht und können Ihre Ergebnisse digital mit nach Hause nehmen.

##### Termine:

Samstag, 28. Juni 2025, 9:30 bis 16:30 Uhr,  
Ort: München  
Samstag, 22. November 2024, 9:30 bis 16:30 Uhr,  
Ort: München

**Wir weisen darauf hin, dass dieser Kurs einen interaktiven Charakter hat und dass Sie als Teilnehmer/-in den maximalen Effekt daraus ziehen können, wenn sie aktiv am Kurs und seinen Übungen teilhaben. Wenn das Infektionsgeschehen Präsenzveranstaltungen nicht zulässt, findet das jeweilige Modul online statt.**

**Teilnehmer/-innen:** max. 8 Personen

**Kosten je Modul:** 150 €  
(für externe Teilnehmer/-innen)

Kosten intern Kategorie B (Mitarbeiter/-innen des Bistums Augsburg) je Modul: 20 €

**Weitere Informationen:** [fortbildung@bistum-augsburg.de](mailto:fortbildung@bistum-augsburg.de)

##### Anmeldung:

Für die Frühjahrsreihe bitte bis spätestens 17. Januar 2025  
Für die Herbstreihe bitte bis spätestens 29. August 2025

Externe Teilnehmende melden sich bitte formlos per Mail bei der Abteilung Fortbildung an.

**Referentin:** Christine Adler

Schauspielerin, Sprecherin,  
Moderatorin, Business Coach (dvct).  
Über 30-jährige Bühnen-,  
TV- und Radiopraxis;  
Mutter von zwei Kindern.



# Stimme, Sprache, Präsenz

Konzeption und Erarbeitung:

Christine Adler und Werner Zuber