

WORKSHOP PODIUM RELAX

Overwin podiumangst

Zaterdag 22 & 29 november 13:00 – 16:30

KUMA Muziekschool, Centre Céramique

Voor musici en iedereen die met minder spanning en meer zelfvertrouwen, rust en kracht op het podium wil staan.

In deze training van twee dagdelen werk je aan een fragment dat je graag wilt laten horen of zien, maar dat je ook spannend vindt.

Samen met een kleine groep doen we oefeningen uit de ACT en de Resonance-methode. Je leert je spanning beter hanteren en omzetten in expressieve kracht.

Niet technische perfectie, maar expressie en speelplezier staan centraal.

Wil je meer weten over mijn werkwijze?
Kijk dan op www.marjorioverdijk.nl

Kosten workshop € 70,- inclusief thee en koek

Inschrijven: info@marjorioverdijk.nl
(vóór 17 november)