

Jahreskreis-Gruppe

mit Klang, Gesang & mehr

Dieses Angebot lädt dazu ein, gemeinsam die verschiedenen Qualitäten der Jahreszeiten wahrzunehmen, sie zu feiern und genießen.

Die Termine liegen jeweils mitten in Frühling, Sommer, Herbst & Winter sowie in relativer Nähe zu den 4 Mondfesten, denen wir uns ebenfalls widmen können.



Mit Klang- & Rhythmusreisen, einfachen Liedern aus aller Welt, Musik & Stille, Achtsamkeit, Texten, Spielen und allem, was sonst noch passt, verbinden wir uns in Ruhe & Bewegung mit diesem Zyklus.

∞

Für diese Gruppe wünsche ich uns eine verbindliche Teilnahme für das ganze Jahr.

Je nach Gruppengröße und -zusammensetzung ist evl. auch die Teilnahme an einzelnen Terminen möglich. Bei Interesse bitte einfach nachfragen.

∞

Zeit: Jeweils Samstags von 11 - 17 Uhr mit kulinarischer Mittagspause am 2.2., 18.5., 17.8. und 2.11.2019

Ort: „Raum und Bewegung“ Mergellstraße 40, Kassel

Preis: 240 - 360 € (oder 8 EE der 16er-Karte) Frühbucherrabatt: 20 € bis 1.1.19

Die Anmeldung wird mit Absprache und Anzahlung von 50 € gültig.

Jahresgruppe

für Stimme, Körper & Musik

Willkommen ist, wer zusammen mit einer verbindlichen Gruppe den Weg durch das Jahr gehen, die eigene Stimme weiterentwickeln und Leib & Seele etwas Gutes tun mag.

Wir treffen uns in der Nähe der Sonnenwenden sowie Tag- und Nachtgleichen. Persönlichen und gemeinsamen Themen können wir in diesen Zeiten der Übergänge einen besonders kraftvollen Raum geben.



Singend & tönend, in Ruhe oder Bewegung, mit Stimm-Improvisation, Chants & Liedern, Rhythmus, Klang, Stille, Tanz, Körpererfahrung u.ä. kannst du deinen roten Faden aufnehmen, ihn durch's Jahr hindurch entwickeln, Neues wagen & Altes verabschieden, Ausdruck oder Gewahrsein üben, dich von der Musik finden & vom Gruppenkörper unterstützen lassen ...

∞

Zeit: Jeweils Sonntags von 11 - 18 Uhr mit reichlicher, kulinarischer Mittagspause am 24.3., 30.6., 29.9. und 15.12.2019

Ort: „Raum und Bewegung“ Mergellstraße 40, Kassel

Preis: 240 - 360 € (oder 8 EE der 16er-Karte) Frühbucherrabatt: 20 € bis 10.2.19

Die Anmeldung wird mit Absprache und Anzahlung von 50 € gültig.

Die Preisgestaltung

bemisst sich nach „Erlebnis-Einheiten“ (EE).
1 EE umfasst 3 Stunden - mit Pausen nach Bedarf.

Die Preisspanne pro EE ist flexibel & einheitlich. Angebote mit 6 (9) Stunden kosten also einfach das doppelte (dreifache).

Preis pro Erlebnis-Einheit (EE): 30 - 45 €

Welcher Beitrag zur persönlichen Situation passt, kann innerhalb dieser **Skala** ganz frei selbst eingeschätzt werden.

Regulär günstiger wird es mit Frühbucher*innen- und/oder Willkommens-**Rabatt** für Neulinge.

Oder mit einer der **Mehrfachkarten**, die es neben den Einzel- und Paketpreisen gibt.

8er-Karte für 8 EE: 200 - 320 €

(Gilt für all meine Angebote außer den Jahresgruppen.)

16er-Karte für 16 EE: 400 - 640 €

(Auch für die Jahresgruppen einsetzbar.)

Darüber hinausgehende Ermäßigungen sind in Verbindung mit kreativem Energieausgleich bei Bedarf fast immer möglich. Eine Teilnahme soll nicht am Geld scheitern. Please talk to me!



Anmeldung

ist bei allen Angeboten erwünscht - auch kurzfristig - und ab 2 EE (6 Std.) erforderlich.

Nach vorheriger Absprache bitte ggf. die Anzahlung 30 € (Tag) bzw. 50 € (Jahresgruppen & Wochenende) auf mein Konto bei der PB Hannover: Ulrike Gutzeit, IBAN: DE46 2501 0030 0656 1093 06

Für sämtliche Angebote gilt:

Alle Stimmen & Menschen sind WILLKOMMEN - kleine, große, helle, dunkle, offene, verschlossene, (un-) erfahrene, mutige, wilde, zarte, lustige, junge, reife, scheue, sehnsuchtsvolle, neugierige ... !

„Wer gehen kann, kann auch tanzen.
Und wer reden kann, kann auch singen!“

(Sprichwort aus Zimbabwe)



Über mich :

Ich bin erfahrene Musiktherapeutin (dmtg) sowie KörperMusikerin - und singe für mein Leben gern. Am Herzen liegen mir neben stimmlicher & musikalischer auch eure persönliche Potenzial-Entfaltung sowie ein lebendiges & wohlthuendes Miteinander. Weitere Infos unter: gutzeit4you.de/ueber-mich

Kontakt:

Ulrike Gutzeit, Mannheim
Tel.: 0621 - 85 82 24 / 0176 - 990 44 535
E-Mail: sound@gutzeit4you.de

∞

Meine Struktur für Kassel 2019 ist: „4 x 4 plus 4“. Sie umfasst 4 verschiedene Formate mit je 4 Terminen sowie weitere 4 Einzel-Angebote. Insgesamt sind es 32 EE (= 32 Erlebnis-Einheiten à 3 Stunden).

Raum für Leib & Seele mit

Stimme Körper ~ Musik

Kassel
2019



Ulrike Gutzeit
www.gutzeit4you.de

KALENDARISCHE ÜBERSICHT

- 12. Januar, Das Neue begrüßen**
(Samstag, 15 - 18 Uhr, Dock 4)
- 2. Februar, Beginn der Jahreskreis-Gruppe**
(Samstag, 11 - 17 Uhr, Mergellstraße)
- 23. Februar, Spielraum für Stimme & mehr**
(Samstag, 15 - 18 Uhr, Dock 4)
- 3. März, Offenes Circle Singing**
(Sonntag, 16 - 19 Uhr, BuchOase)
- 24. März, Beginn der Jahresgruppe**
(Sonntag, 11 - 18 Uhr, Mergellstraße)
- 6. April, Spielraum für Stimme & mehr**
(Samstag, 15 - 18 Uhr, Dock 4)
- 18. Mai, Jahreskreis-Gruppe**
- 19. Mai, Offenes Circle Singing**
(Sonntag, 16 - 19 Uhr, BuchOase)
- 29. Juni, Spielraum für Stimme & mehr**
(Samstag, 15 - 18 Uhr, Dock 4)
- 30. Juni, 2. Termin der Jahresgruppe**
- 21. Juli, Singing Pool**
(Sonntag, 15 - 18 Uhr, Zentrum im Vorderen Westen)
- 3. August, Spielraum für Stimme & mehr**
(Samstag, 15 - 18 Uhr, Dock 4)
- 17. August, Jahreskreis-Gruppe**
- 8. September, Offenes Circle Singing**
(Sonntag, 16 - 19 Uhr, BuchOase)
- 29. September, 3. Termin der Jahresgruppe**
- 19. - 20. Oktober, „Authentic Voicing“**
(Samstag, 13 - 18 Uhr und Sonntag 10 - 17 Uhr, Dock 4)
- 2. November, Jahreskreis-Gruppe**
- 23. November, Rhythmus-Playshop**
(Samstag, 11 - 17 Uhr, Klangalerie Bad Zwesten)
- 24. November, Offenes Circle Singing**
(Sonntag, 16 - 19 Uhr, BuchOase)
- 15. Dezember, 4. Termin der Jahresgruppe**

Spielraum für Stimme & mehr

Nach einem wohltuenden WarmUp gibt es verschiedene, auf die Gruppe abgestimmte Stimmspiele (auch Circle Songs) und „Stücke“ (Bodypercussion, Chants ...) - in Ruhe & Bewegung. Stimme, persönlicher Ausdruck, Rhythmusgefühl, Lebensfreude u.v.m. bekommen neue Impulse!

Zeit: 23.2., 6.4., 29.6., 3.8.19 (Samstags, 15 - 18 Uhr)

(Die Termine können einzeln wahrgenommen werden.)

Ort: Dock 4, Untere Karlsstraße 4, Kassel

Preis: siehe unten

Anmeldung erwünscht - auch spontan.



Offenes Circle Singing

ist eine Form gemeinschaftlichen Singens aus dem Moment, bei der jede*r mitwirken kann. „Loops“ entstehen, verweben & wandeln sich. Alle Rhythmen & Stilrichtungen sind möglich. Du kannst Teil des Chores bleiben oder auch Eigenes einbringen: improvisieren, solieren, dirigieren. Nach einem ausgiebigen WarmUp finden sich Musik & Spiele, die zum jeweiligen Kreis passen. Die Balance zwischen Eigenem & Gemeinsamem liegt mir am Herzen.

Zeit: 3.3., 19.5., 8.9., 24.11.19 (Sonntags, 16 - 19 Uhr)

(Die Termine können einzeln wahrgenommen werden.)

Ort: Saal von Café BuchOase, Germaniastr. 14, Kassel

Preis: s.u. - plus: 10 € Rabatt ab 15 Teilnehmenden
Anmeldung erwünscht, spontanes Kommen möglich.

Für beide Angebote gilt:

Preis pro Nachmittag: 30 - 45 € (oder 1 EE der dafür zu empfehlenden Mehrfachkarte)

Rabatte: 5 € bei Anmeldung bis 1 Woche vorher
10 € als „Willkommen für Neulinge“

Das Neue begrüßen!

Stimme & Gong-Klang

werden uns dabei leiten & Ausdruck verleihen.

Im Klang großer Gongs sich selbst begegnen - sowohl hörend (Klangreise) als auch tönend & hörbar werdend (im aktiven Dialog mit Gong). Das neue Jahr besingen. Eigene & gemeinsame Wünsche musikalisch Gestalt annehmen lassen.

Zeit: 12. Januar (Samstag, 15 - 18 Uhr)

Ort: Dock 4, Untere Karlsstraße 4, Kassel

Preis: 1 EE oder wie unter „Circle Singing“

Anmeldung erwünscht - auch spontan.



Singing Pool

In Stimmklang baden, mit Haut & Haar darin eintauchen, Flow erleben, sich vom Sound tragen lassen, in den gemeinsamen Strom begeben - mit unseren Stimmen spielen!

Zeit: 21. Juli (Sonntag, 15 - 18 Uhr)

Ort: Zentrum im Vorderen Westen

Lassallestr. 4, Kassel

Preis: 30 - 45 € (oder 1 EE der Mehrfachkarte)

5 € Rabatt bei Anmeldung bis 1 Woche vorher
Anmeldung erwünscht - auch spontan.

Rhythmus-Playshop

„Himmlische Off- & erdende Down-Beats“

Beide Pole & Qualitäten lassen sich spielerisch im Körper erleben und lustvoll verankern.

Wer rhythmussicherer werden, den „Himmel auf Erden“ erleben, singen, sich bewegen (lassen), methodisches Handwerkszeug erlernen, mit Trommeln und anderen Instrumenten spielen ... mag, ist - egal mit welchen Vorkenntnissen - hier goldrichtig und herzlich willkommen!

Zeit: 23. November (Samstag, 11 - 17 Uhr)

Ort: Klangalerie, Wildunger Str. 7, Bad Zwesten

Preis: 60 - 90 € (oder 2 EE)

10 € Ermäßigung für Frühbucher*innen bis 22.10.19
Die Anmeldung wird mit Absprache und der Anzahlung von 30 € gültig.

Wochenende „Authentic Voicing“



Mit geschlossenen Augen auf das Innenleben von Stimme & Körper lauschen. Von da aus den aufkommenden Impulsen folgen. So entwickelt sich der ureigene Ausdruck. Die Gruppe bezeugt und begleitet ihn. Auch in den anderen begegnen wir uns selbst. Jeweils im Anschluss sind alle eingeladen, das Erlebte bildhaft zu Papier zu bringen und sich außerdem mit Worten auszutauschen. Die zu dir gemalten Bilder kannst du mitnehmen. (Dieses Konzept ist v.a. inspiriert von „authentic movement“.)

Zeit: 19. - 20. Oktober

Samstag: 13 - 18 Uhr

Sonntag: 10 - 17 Uhr (inkl. Mittagspause)

Ort: Dock 4, Untere Karlsstraße 4, Kassel

Preis: 120 - 180 € (oder 4 EE)

20 € Ermäßigung für Frühbucher*innen bis 18.09.19
Die Anmeldung wird mit Absprache und der Anzahlung von 50 € gültig.

Gruppenangebote in anderen Kontexten:

16. - 20. März 2019

Bildungsurlaub in Bad Wildungen: „Time In - musikalischer Erfahrungs- & Spielraum“ mit Instrumenten (Musiktherapeutische Selbsterfahrung im Rahmen der Fachtagung des WAP, die für *alle* Interessierten offen ist.)
Anmeldung & weitere Infos: wap-tagung.de

6. September

Playshop & Mitwirkung beim Abendprogramm vom animovida-Kongress bei Bad Zwesten
Weitere Infos: animovida.de
Gern über mich anmelden: Vergünstigung!

14. - 15. September

Wochenend-Playshop für Stimme, Rhythmus & Improvisation in **Berlin** (Anmeldung bei mir)

11. - 15. November

Bildungsurlaub in Hückeswagen: „Spiel-Räume für (Sing-) Stimme, Klang & Bewegung am See“
Anmeldung & weitere Infos: eag-fpi.com

∞

Weitere Angebote:

Neben Einzelstunden zur Stimm-Entwicklung biete ich als Heilpraktikerin für Psychotherapie, zertifizierte (Lehr-) Musiktherapeutin dmtg und Kreative Leibtherapeutin auch therapeutische **Einzelbegleitung** und Klangbehandlungen an. In Kassel ist das ungefähr alle 3 Wochen möglich. (Freitag-Sonntag, siehe Kalender).

Methoden & Arbeitsweise orientieren sich an den konkreten Anliegen und Vorlieben.
Preis: 60 (50) € pro Stunde

Zeitlich flexibler bin ich in der SoundOase Mannheim. Wer sich für meine dortige Arbeit interessiert, schaut einfach auf folgende Homepage: soundoase-ma.de