



Bewegung

Musik

Kunst

Therapie



# Körper, Atem und Stimme

**Entdecken Sie das Zusammenspiel von Körper, Atem und Stimme und finden Sie zu mehr Ruhe.**

Der Alltag kann oft stressig und anspruchsvoll sein, was zu Überlastung und dem Gefühl führen kann, nicht zu wissen, wie man damit umgeht. Die vielen Eindrücke aus der Aussenwelt können zu Erschöpfung, Energielosigkeit oder Nervosität führen.

Körper, Atem und Stimme – mein neues Angebot – richtet sich an alle, die interessiert und neugierig sind, sich selbst und die eigenen Mechanismen des Fühlens sowie Verhaltens besser kennenzulernen.

In meinen Lektionen gehe ich individuell auf die Wünsche und Ideen jedes Einzelnen ein und biete praktische Werkzeuge aus den Bereichen Psychologie, Körper- und Atemtherapie sowie Musik an.

Gerne biete ich eine Schnupperlektion (60 Minuten) an, damit Sie einen ersten Eindruck von meinem Angebot bekommen können.

**Über mich:** Ich bin ausgebildete Gesangspädagogin, Sängerin, Bewegungstherapeutin und arbeite seit über 20 Jahren im pädagogischen und seit einigen Jahren im klinisch therapeutischen Bereich. Für weitere Infos: [www.noeitofroescher.ch](http://www.noeitofroescher.ch)



## Kontakt

sekretariat@msrw.ch  
031 909 10 34

## Weitere Infos

[musikschule-regionwohlen.ch](http://musikschule-regionwohlen.ch)

