

MUSIK MACHEN, GESUND BLEIBEN!



Verband Evangelischer Chöre
in Hessen und Nassau

Am 14.03.2025 von 18:00 bis 20:30 Uhr

Studien haben ergeben: "Musik machen hält die Seele frisch und den Körper gesund". Bestimmt haben das viele schon selbst erfahren. Doch was tun, wenn ein Übermaß an Üben zu Verspannungen führt, wenn falsche Angewohnheiten beim Singen, Musizieren oder Dirigieren chronische Schmerzen verursachen?

Der Motologe Prof. Dr. Stephan Berg erklärt, wie unser Bewegungsapparat funktioniert, gibt Antworten auf Fragen aus der Praxis und stellt Möglichkeiten zur Prophylaxe vor, wie u. a. die von ihm entwickelte App "fitissimo". Die Fortbildung findet online per Zoom statt.

Teilnahmegebühr: 10€

Anmeldung bis 28. Februar unter:

<https://www.chorverband-ekhn.de/veranstaltungen>