

SALON/ine ONLINE Vortrag (per ZOOM)

am 21.04.2026 17.00-20.15 Uhr

Mach mal (Atem) Pause!
Ronja Ernsting

Die Teilnehmenden lernen im Online-Kurzmodul, wie Atmung, unser Nervensystem, die Stimme und Kommunikation zusammenwirken. Sie erleben die Atempause als kraftvolle Quelle für Ruhe, Regeneration und Präsenz. Durch praktische Übungen erfahren sie, wie bewusste Atmung und die unterschiedlichen Qualitäten der Atempause müheloses Sprechen, stimmliche Tragfähigkeit und körperliche Aufrichtung unterstützen. Sie nehmen leicht umsetzbare Impulse für den pädagogischen, therapeutischen und ganz persönlichen Alltag mit.

Referent:in:

Ronja Ernsting;staatl. gepr. Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin (Arbeitsweise Schlaffhorst-Andersen) und funktionale Stimmbildnerin nach M. Heptner.
Nach 9-jähriger Praxis- und Kliniktätigkeit seit 2005 selbstständig in eigener kassenzugelassener Praxis in Porta Westfalica.
Leidenschaft und Arbeitsschwerpunkt in Stimme und Bewegung.
Seminare und Lehraufträge zu Stimmthemen mit unterschiedlichen Zielgruppen sowie interdisziplinäre Arbeit mit Psycho- und Körpertherapeuten.

3 USTD, 3 Fobi Punkte beantragt

Die Kosten für das anteilige C Anwendungsseminar in Klinischer Hypnose betragen 70,- € (60,- € für MEG-Mitglieder)

Anmeldung: www.meg-bielefeld.de/termine