



ROCK YOUR VOICE

Sing dich frei!

3-tägiges Retreat beim LengBachL (Nähe Wien)
23. - 25. Oktober 2020

Kennst du das? Du kommst in einen Raum voller fremder Menschen und du spürst wie dein Herz anfängt zu rasen, deine Stirn und deine Hände anfangen zu schwitzen?

Du würdest dich gerne selbstsicher zeigen und dich mit starker Stimme vorstellen?

Oder du traust dich nur unter der Dusche laut zu singen?

Du würdest so gerne deine Stimme entdecken?

Der Klang deiner eigenen Stimme ist Medizin für dich und die Welt, wenn du sie von alten Überzeugungen, vom Schamgefühl und von Angst befreist!

Deine Stimme steht für deinen Selbstausdruck und deine Kommunikation.

Durch unsere Stimme drücken wir unsere Gefühle aus. Und du veränderst deine Stimmung.

Lerne dich, über deine eigene Stimme, auf einer tiefen Ebene ganz neu kennen!



Markus Neugebauer

Intuitions- und Hypnosetrainer,
Schauspieler und Sänger

Markus Neugebauer beschäftigt sich schon seit Jahren mit ganzheitlichem Erfolg.

Ihm ist es ein Herzensanliegen mit Musik, Mentaltraining und Schauspiel den Menschen zu helfen – aus blockierenden Rollen und Mustern hinauszuschlüpfen und in ihre wahre Größe hineinzusteigen.



Sigrid Spörk

Schauspielerin, Sängerin
und Kabarettistin

Sigrid Spörk liebt es Menschen tief zu berühren - ob mit Musik, Filmen, Theaterstücken oder Kabarett. Die kreative Leichtigkeit vom Theater bringt sie auf die Lebensbühne. Spielerisch leicht wie ein Kind zeigt sie vor, wie Schwierigkeiten und Probleme einfach gelöst werden können.



ROCK YOUR VOICE



Entdecke die Freude am Singen und Tönen und du erfährst, wie du durch den Klang deiner einzigartigen Stimme mehr Selbstbewusstsein entwickelst!

Programmelemente

-) Meditatives Singen
-) Mantrasingen
-) Vocal Coaching
-) Singen, um die Seele zu berühren
-) Mantra Walks
-) Chorsingen
-) Trancesingen
-) Schwitzhütte
-) Trommel, Percussions
-) Heilende Kraft der Inneren Stimme
-) Abschlusskonzert

Was nimmst du mit:

-) Tiefe Bauchatmung
-) Erkenntnisse für deinen Lebensweg
-) Wie du mit deiner Stimme dein Unterbewusstsein beeinflusst
-) Freude an deiner Stimme
-) Die heilende Kraft von Klängen
-) Selbstvertrauen
-) Klareren Selbstausdruck

Laut Studien stärkt das Singen Dein Immunsystem, lässt dich selbstsicher sein und fördert die Intelligenz.

All inklusive Paket für 3 Tage - inkl. Verpflegung, Übernachtung und Schwitzhütte:

€ 540,- pro Person

Gruppengröße:

max. 15 Personen

Anzahlung bei Anmeldung: 50 %

Restzahlung 1 Woche vor Reiseantritt

Kontakt / Info / Anmeldung:

assistant@rockyourmind-coaching.at

Mitnehmen: Instrumente, wenn vorhanden, gute Laune und viiiiiiel Freude am Singen!!

Anreise am 23.10. um 10:00 Uhr

Abreise am 25.10. um 17:00 Uhr

Eigenanreise mit dem Auto

Info zur Unterkunft/Übernachtung:

Wir übernachten in einem Matratzenlager – bitte Kopfpolster und Schlafsack mitnehmen.

Es besteht auch die Möglichkeit sein eigenes Zelt aufzubauen.

