

STYRK DIT PERSONLIGE UDTRYK

- med fokus på kropssprog og stemme

Ønsker du:

- At give liv til dine ord
- At få kropssprog og ord til at hænge sammen og blive til en helhed
- At blive bedre til at udtrykke dig levende og klart
- At finde styrkerne i dit personlige udtryk

Målgruppe:

Kurset henvender sig til dig, som synes, det kan være lidt svært at komme ud over rampen.

Til dig som måske/måske ikke har prøvet at holde foredrag/oplæg før, og som gerne vil nå ud over scenekanten.

Til dig som blot trænger til at få en mere selvsikker og overbevisende fremtræden.

Indhold:

Gennem øvelser fra bl.a. skuespiltræning kommer du til at arbejde med:

Nærvær, fokus, tillid, status, kropssprog, stemme, åndedræt, fortælling, lytning mm.

Undervisningsform:

Kurset foregår i en vekselvirkning af oplæg, leg, praktiske øvelser og refleksioner over disse, med særlig vægt på de praktiske øvelser.

Der arbejdes med:

- Fælles og individuelle øvelser i en tryk og anerkendende ramme.
- Øvelser i formidling ud fra konkrete opgaver.
- Feedback fra gruppe og underviser, hvor der lægges vægt på styrker frem for svagheder.

Du skal være indstillet på at deltage aktivt i øvelserne, som foregår i et **trykt, legende og anerkendende**, men også **udfordrende** rum, hvor deltagerne føler sig godt tilpas ved at udfordre deres grænser.

Tid:

Kurset forløber over 2 dage 9.00 – 16.00

Kursus 2010:

Den 23. – 24 marts 2010

Sted:

Restaurant Bind

Fjordvejen 120, Sønderhav, 6340 Kruså

Underviser:

Gitte Olsen er uddannet coach og lærer med PD i Drama.

Hun har gennem mange år arbejdet med kunstneriske arbejds- og læreprocesser inden for teater og dans, både som udøvende og som underviser.

Hun har mere end 20 års undervisningserfaring fra diverse skoleformer, foreninger og uddannelsesinstitutioner.

Hendes undervisning tager udgangspunkt i erfaringsbaserede læringsstrategier og har en coachende tilgang.

Som underviser og foredragsholder er hun levende, nærværende og inspirerende samt naturligtvis fagligt velfunderet.

Pris: kr. 3.190 ekskl. moms

Tilmelding: www.axept.dk