

Vacaciones para tu alma – alas para tu voz



## Voz, respiración y movimiento

Un taller integral de escucha y expresión creativa explorando los cuatro elementos fuego, agua, aire y tierra

del 25 al 29 de julio 2012 en Mas Franch (Girona)

El Más Franch, una masía situada en el Parque Natural de la Zona Volcánica de la Garrotxa, a 50 km de Girona y 100 km de Barcelona, nos ofrece un entorno magnífico para realizar este taller de voz integral.

Tenemos a nuestra disposición una **sala de 120 m2**, construida con materiales naturales y suelo de madera y también rincones especiales **en plena naturaleza** para cantar al aire libre.

La comida es vegetariana, familiar y de excelente calidad (huerto de la casa!).

### Contenido:

- ejercicios de **consciencia corporal**: flexibilización y tónificación de nuestro cuerpo
- conexión con la **respiración**: tiempo para soltar, liberar, regenerar...e inspirar-se
- **trabajo vocal** según las enseñanzas de Marie-Louise Aucher (Francia) y el método Schlawffhorst-Andersen (Alemania).
- **canciones** del mundo entero
- **sesiones individuales** para cada participante

### Programa:

Del miércoles a las 18 h hasta el domingo a las 16.30 h

8 – 9 h:	despertar corporal y de respiración
10-12h:	exploración de nuestra voz hablada y cantada
12h:	descanso, baño (piscina natural sin cloro), paseo
17-19h:	voz, expresión y emoción: las canciones y poesías
19.30-20.30h:	trabajo individual

**Golosina especial:** El sábado **28 de julio, entre las 19 y 20 horas**, tenemos la oportunidad de participar en un **taller de salsa** impartido por Osvaldo Castellano para celebrar la última velada de nuestro encuentro. Y después de la cena seguiremos cantando y bailando...

**Imparte:**

**Sigrid Haas es cantante y profesora de voz.** Desde el 2003 realiza talleres de voz y de divulgación musical para acompañar a todos que lo desean a “darles alas a su voz”: niños y adultos, mujeres embarazadas y personas mayores, aficionados y profesionales del canto.

Actualmente se está formando en Alemania según el **método Schlaffhorst-Andersen** (movimiento corporal, respiración, voz hablada y cantada) y vuelve puntualmente a España para seguir impartiendo talleres.

[www.sigridhaas.com](http://www.sigridhaas.com)

**Precio:**

**300 € (Pensión completa y taller de voz, respiración y movimiento)**

20 € de incremento para personas que prefieren dieta con carne y alcohol

**Necesitas traer:**

Para dormir, una funda de almohada, sábanas y mantas o saco. Para el taller, una esterilla o manta para el suelo, un pañuelo de cuello, libreta y lápiz.

**Alojamiento y lugar del taller:**

**Cooperativa Mas Franch**

Veïnat de St. Miquel de Pineda, 8

17174 Sant Feliu de Pallerols - Girona

Tel. 972 444 345 y 626831714 - [masfranch@masfranch.org](mailto:masfranch@masfranch.org)

[www.masfranch.org](http://www.masfranch.org)

**Inscripción:**

Sigrid Haas: [musica@sigridhaas.com](mailto:musica@sigridhaas.com)

[www.sigridhaas.com](http://www.sigridhaas.com)

Mas Franch : 972 444 345 o 626 83 17 14

Número mínimo de participantes: 8. **Para hacer efectiva tu inscripción**, por favor ingresa 75€ a la cuenta CatalunyaCaixa 2013-0015-17-0203674485, indicando tu nombre y apellidos y “Voz en Mas Franch 2012”.

Toda documentación (canciones, poesías, danzas) acerca del tema del taller – los 4 elementos- será bien acogida.