

BeSingGargle Workshop mit Beatrice Bergér

Präsentation in drei Teilen am 13. Juni 2026 · 10:00 – 14:00 Uhr im Gesangsstudio Barbara Arneke.

Für Sänger:innen · Chorsänger:innen · Gesangslehrer:innen · Chorleiter:innen · Sprecher:innen

BeSingGargle

Angewandte Technik

VORHER

Festgefahren im Kopf
Verspannter Kiefer,
Nacken, Hals, Zunge

Verspannte Kehle

Flache Atmung

**UNAUSGEGLICHENES
NERVENSYSTEM**

NACHHER

Gutes
Körpergefühl
entspanntes
Kiefergelenk,
flexible Zunge

Entspannter
Rachen
und Nacken

Tiefe
Atmung

**AUSGEGLICHENES
NERVENSYSTEM**

Mehr Fokus und Vitalität

©BeSingGargle Eine erfahrungsbasierte Praxis, entwickelt von Beatrice Bergér Gae, die sich auf wissenschaftliche Erkenntnisse bezieht. Es ist keine getestete medizinische Behandlung. Bei gesundheitlichen Anliegen bitte ärztlichen Rat einholen; die Arbeit mit dem/r eigenen Gesangslehrer:in wird dadurch nicht ersetzt.

www.geliso.org

info@geliso.org

Präsentation der ©BeSingGargle-Methode

Eine sanfte, wasserbasierte, somatosensorische Stimmtechnik, entwickelt aus langjähriger Unterrichtspraxis- von Sänger:innen, Gesangslehrer:innen & Chorleiter:innen in den USA und Deutschland, angewendet, mehrfach an US-Universitäten präsentiert.

Teil I – Grundlagen

Einführung und Übungen zur Regulation des autonomen Nervensystems

Förderung von Atmung, Erdung, Artikulation und stimmlicher Freiheit

Teil II – Anwendung

Übertragung auf Lieder, Arien, Songs und gesprochene Texte

Arbeit an technischen Herausforderungen

(Pause)

Teil III – Präsentation

Möglichkeit für aktiv Teilnehmende, ihr „Stück“ zu präsentieren.

Mitwirkung

Andreas Arneke (Mainz)

Andreas Arneke Pianist / Dirigent

- Andreas Arneke studierte zunächst Kirchenmusik, anschließend Klavier und Dirigieren an den Hochschulen Frankfurt und Würzburg.
- Da ihn der musikalische Dialog zwischen Stimme von jeher faszinierte, wurde die Arbeit mit Sänger:innen und Vokalensembles wesentliches Element seiner künstlerischen Arbeit. Seit Jahren arbeitet Andreas Arneke auch als Komponist und Arrangeur des Pop- und Jazz-Genres, sowie als Produzent und Manager spartenübergreifender Kulturprojekte.

· Teil II und III

Teilnahme: Aktiv: 40 € · Passiv: 5 €

Anmeldung (verbindlich)

info@geliso.org. www.geliso.org