

## Körperwahrnehmung und Atmung

### Angebot für

Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Körperwahrnehmung

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nummer und Typ      | DMU-WKMP-4401.18H.001 / Moduldurchführung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Modul               | Körperwahrnehmung und Atmung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Veranstalter        | Departement Musik                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Leitung             | Regula Kym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Minuten pro Woche   | 60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Anzahl Teilnehmende | 16 - 31                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| ECTS                | 1 Credit                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Inhalte             | <ul style="list-style-type: none"><li>- Den Musikeralltag zu erleichtern, verbessern und möglichst beschwerdefrei zu halten</li><li>- Bewusstmachen des eigenen Körpers</li><li>- Hinführen zu einer optimalen dynamischen Haltung</li><li>- Vorbeugen von berufsbedingten Überlastungen, Erkrankungen und Degenerationerscheinungen</li><li>- Aufzeigen von Lösungswegen/Übungen bei schon vorhandenen körperlichen Problemen und schmerzhaften Funktionsstörungen</li><li>- Steigern der Konzentrationsfähigkeit, Abbau von Stress und Einmitten durch Atem- und Visualisierungsübungen</li></ul> |
| Termine             | <p>Donnerstag, ab 20. September 2018<br/>Raum 6.F04 Musikunterricht Musiktherapie</p> <p>Verschiedene Kurszeiten werden angeboten:<br/>09.00 bis 10.00 Uhr und 10.00 bis 11.00 Uhr</p> <p>Die Kurseinteilung erfolgt nach der Anmeldung.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Bewertungsform      | bestanden / nicht bestanden                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Bemerkung           | 4401                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |