



Deutsche
Sporthochschule Köln
German Sport University Cologne

Zentrum für
Sportlehrer*innenbildung

„Atem, Stimme und Präsenz“ in Sport- und Schwimmhalle

INHALT DER VERANSTALTUNG

Artikulation und Stimme sind die wichtigsten Instrumente von Lehrerinnen und Lehrern. Vor allem die Stimme ist im Alltag – insbesondere im Sportunterricht – hohen Anforderungen und Belastungen ausgesetzt. Damit die Stimme nicht zu leise wirkt, ermüdet oder heiser wird, sind eine präzise Körperhaltung und eine korrekte Atemtechnik von Vorteil. Im Workshop werden Übungen zu den Bereichen Körperhaltung, Atem, Artikulation und Stimme ausprobiert, um stimmlichen Problemen vorzubeugen und die Stimme weiterzuentwickeln. Dabei werden die individuellen stimmlichen Voraussetzungen analysiert und Hinweise zur Weiterentwicklung der Stimme gegeben.

Termin

Mittwoch, 20. MAI 2026 (16:30–19:30 Uhr) – Halle 6 (DSHS)

ZIELGRUPPE UND TEILNEHMERBEGRENZUNG

Das Angebot richtet sich an (Sport-)Lehramtsstudierende der Deutschen Sporthochschule Köln. Am Workshop können maximal **10 Personen** teilnehmen.

ANMELDUNG

1. Anmeldungen per E-Mail an Marlena Kesper (s.u.) – *first come, first served*.
2. Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie (1) eine Bestätigung der Anmeldung sowie (2) Hinweise zur Überweisung des Teilnahmebeitrags und (3) Informationen zur Orga am Tag des Workshops.
3. Die Veranstaltung findet in Präsenz statt.



DATEN

| | |
|------------------|---|
| Referent: | Heiko Schmidt (Gymnasiallehrer/Schauspieler/Stimmtrainer) |
| Kontakt am ZfSb: | Marlena Kesper (ZfSb; anmeldung-zfsb@dshs-koeln.de) |
| max. TN-Zahl: | 10 Personen |
| Kosten: | 10€ p.P. |

Das Angebot wird finanziell unterstützt von Fit4Ref.

Einsteigs-Workshop mit Heiko Schmidt