

HMDK IN KOOPERATION
MIT SCHLOSS KAPFENBURG

Spielend gesund –

Studentisches
Gesundheitsmanagement (SGM)

MUSIKPHYSIOLOGIE IN DER PRAXIS

29. SEPTEMBER – 1. OKTOBER 2023
SEMINAR AUF SCHLOSS KAPFENBURG

Eingeladen sind alle

Schulmusiker*innen

Der Kurs ist kostenlos für Studierende der HMDK Stuttgart.

THEMEN

Chancen und Umgang mit Vielseitigkeit |
Burn-out Prophylaxe | Präsenz und Auf-
trittstraining | Körperübungen vor, wäh-
rend und nach dem Üben/Auftreten |
Prävention von Überlastungssyndromen |
psychische Gesundheit | Umgang mit
Stress | Regeneration und Erholung |
Fragen der Teilnehmenden

DAUER

Freitag, 29.09.2023 ab 12 Uhr
Sonntag, 01.10.2023 nach dem Mittagessen

KOSTEN

keine (außer Fahrtkosten und ggf. Storno)

ORT

Kulturzentrum Schloss Kapfenburg
73466 Lauchheim
www.schloss-kapfenburg.de

LEITUNG

Alexandra Müller (Musikphysiologie/
Musiker*innengesundheit/Leitung SGM)
Angelika Heydt (Heilpraktikerin für
Psychotherapie, psychologische Beratung
für Musiker*innen)

ANMELDUNG MÖGLICHT BALD

(max. 16 Teilnehmer*innen) unter: mareike.riegert@web.de

Hiermit melde ich mich für den Kurs auf der Kapfenburg vom 29.09.–01.10.23 verbindlich an.

Datum:

Name:

E-Mail:

Unterschrift:

Stornogebühren (Ausnahme: ärztliches Attest):

Kursgebühr gesamt: 145 €

davon 25 % (36,25 €) bei Absage bis 15.09.2023 | 50 % (72,50 €) bei Absage bis 22.09.2023 | 100 % (145 €) bei Absage nach 22.09.2023