

Infos zum Kurs Herbst 2026

- Sechs Abende über drei Monate
- Max. 12 Menschen
- Sicherer und traumasensibler Rahmen
- Workbook für individuelle Praxis
- Integrations-Call nach dem Kurs

Termine

24.09., 08.10., 22.10., 05.11., 19.11., 03.12.
Jeweils donnerstags, 19:00 - 21:00 Uhr
Integrations-Call: 17.12., 19:00 Uhr

Ort

SeeOase Altbirnau - Raum Sonne
Rengoldshauser Str. 51, 88662 Überlingen

Beitrag

265.-€ (220.-€ bis zum 19.08.)



Infos und Anmeldung

lebensklang.art/stimmmentfaltung

September - Dezember 2026

Heilsame Stimmmentfaltung



Deine Stimme als Tor zu
Körperweisheit und
Lebendigkeit

Ein Kurs in sechs Schritten

[Lebensklang.art](https://lebensklang.art)

Der Kurs

Dieser Kurs ist ein Deep Dive in die heilsame Welt unserer Stimme. Er bietet dir den Raum, die Verbindung zu deiner Stimme und deinem authentischen Ausdruck spielerisch und nachhaltig zu vertiefen.

Unsere Stimme

Unsere Stimme ist mit allen Ebenen unseres Seins verbunden. Als Schwingtür zwischen Innen und Außen bestimmt sie entscheidend mit, wie wir in Kontakt gehen und Verbindung gestalten. Und sie zeigt uns, wo wir gelernt haben, uns anzupassen und unsere Lebendigkeit zurückzuhalten. Und genau an diesen Stellen eröffnet uns die Stimme Wege in die Expansion!

Um was geht es im Kurs?

Erlebe, wie die Stimme verborgene Schichten deines authentischen Seins freilegen kann und dir hilft, diese auszudrücken. Lerne, wie du dich in herausfordernden Situationen über die Stimme regulieren und zurück in den Kontakt begleiten kannst. Und erlebe die Schönheit deines angebundenen Ausdrucks, auch dann, wenn du Nein sagst.

Und schließlich – tauche ein in die Magie deines intuitiven Seelengesangs.

Du willst mehr wissen?

lebensklang.art/stimmmentfaltung

Die sechs Schritte

1. Neugier auf dich

Freundschaft mit deiner Stimme

2. Stimme und Nervensystem

Vagus-Wissen, Regulation, Expansion

3. Wut, Kraft, Grenzen

Die Schönheit deines Neins

4. Spiel und Lebendigkeit

Improvisation als Lebenshaltung

5. Un-Erhörtes

Die Facetten deines Ausdrucks

6. Intuitiver Seelengesang

Ausdruck aus der Tiefe deines Seins

Über mich

Mein Herzensanliegen ist es, Menschen in ihr Potenzial zu begleiten, in die tiefere Anbindung an ihre Lebendigkeit und ihren authentischen Ausdruck.

Nikolai Bonstedt

Musikpädagoge

Entwicklungsbegleiter

Ganzheitlicher Stimmtherapeut



Ich freue mich auf unseren Weg!

Nikolai