

Willkommen zum Kurs

STIMME VERBINDET –

SINGEN ALS WIRKUNGSVOLLES TEAMBUILDING

**Erfolgreiche Zusammenarbeit
basiert auf Vertrauen,
Kommunikation und einem guten
Miteinander.**

Bei Fragen nehmen Sie gerne
Kontakt mit mir auf

Sabine Wahlers

Dieser
3-stündige Teambuilding-
Workshop nutzt Singen als
kraftvolles Instrument, um Teams
zu verbinden, Hemmschwellen
abzubauen und ein positives Wir-
Gefühl zu stärken – ganz ohne
musikalische Vorkenntnisse.





Gemeinsames Singen fördert Präsenz, Zuhören und Synchronisation innerhalb der Gruppe. Durch einfache Stimm- und Rhythmusübungen sowie gemeinsames Singen entsteht ein unmittelbares Erlebnis von Verbundenheit, Leichtigkeit und Kooperation. Der Fokus liegt nicht auf Leistung, sondern auf Erleben, Zusammenarbeit und Freude.

Ziele des Workshops:

- **Stärkung des Teamzusammenhalts und der Gruppendynamik**
- **Förderung von Kommunikation, Vertrauen und gegenseitiger Wahrnehmung**
- **Abbau von Stress und mentalen Barrieren**
- **Aktivierung von Kreativität, Energie und Motivation**

Inhalte des Workshops:

- Lockernde Körper-, Atem- und Stimmübungen zum Ankommen
- Übungen zur bewussten Wahrnehmung von Stimme und Körper
- Improvisation als Grundlage erlebbarer Gruppenprozesse
- Gemeinsames Singen einfacher, leicht zugänglicher Lieder oder Circlesongs
- Reflexion des Erlebten in Bezug auf Teamarbeit und Kommunikation

Der Workshop ist inklusiv, motivierend und für alle geeignet – unabhängig von musikalischer Erfahrung. Die Teilnehmenden erleben, wie Zusammenarbeit gelingen kann, wenn jede Stimme gehört wird und sich zu einem gemeinsamen Ganzen verbindet. Ideal als:

Teambuilding-Maßnahme
Impulsworkshop für Teamtage oder Klausuren
Ergänzung zu Change- oder Kommunikationsprozessen

3-stündiger Workshop

für Teams & Unternehmen

Individuelle Vereinbarungen möglich

Mindestteilnehmerzahl 10 · 75€/ pro Teilnehmer



Gemeinsames Singen macht TeamArbeit hör- und spürbar.