

Suvi Alexander 2016

Plastinen aistitaju 28.6.-29.6.

13 oppituntia

Aistien rajoja ylittävä, yhdistävä ja herättävä kurssi, jossa ”nuolaistaan aistimusten tulkintatapoja vastakarvaan ennen kuin tottumus jyrää hanhen selän”: Ihon silmät maistavat värinä äänet, kehon tunto piirtää itselleen maailman koordinaatit toiminta-tila-aika-ääni-avaruudekseen... Näkö-kuulo-haju-maku-tunto-kehotunto sulavat olemisen virraksi. Leikimme havainnoilla – luomme mieli-kehon liikkeillä. Tuo mukanaasi runo, kuva, tanssi, laulu... Työskentelemme ti 10-12 ja 13-15.30 ja ke 9-12 ja 13-15.30. Kurssimaksu 120 € (sis.alv 24 %, 23,23€). Enintään 10 kurssilaista. Opettajana Enni Lakkala.

Alexander Tietoinen 30.6.-2.7.

15 oppituntia

Etsimme teitä Alexander-tekniikan perusteisiin tiiviillä kurssilla, jossa jokainen kurssilainen saa käyttöönsä henkilökohtaista ohjausta valitsemisensa elämän aktiviteeteissa (laulu, puhe, ääni, soittaminen, stressaava työ, kävely, työskentely instrumenttien kanssa tms.) Ei tarvita aiempaa kokemusta Alexander-tekniikasta. Soveltuu sille, joka haluaa tiedostaa tottumuksiaan, ymmärtää itsensä käytön periaatteita ja muuttaa epäedullisia käyttötapojaan (kipu, stressi, liikerajoitteet...) 30.6.-2.7. to-pe 10-12 ja 13-15.30 la 10-12. Kurssimaksu 150 € (sis.alv 24 %, 29,03€).

Enintään 10 kurssilaista. Opettajana Enni Lakkala.

Vuolas ääni – flow 4.-6.7.

17 oppituntia

Puhujat, laulajat, musikantit, äänen virtuoosit ja amatööri: tutustu itseesi äänen instrumenttina Alexander-tekniikan ja vokologian (äänitiede) keinoin. Etsimme luennoin, yhteisin ja henkilökohtaisin aktiviteetin tasapainoista ja virtaavaa kokonaiskäyttöä äänen perustaksi, vapautta hengitykseen, vuolasta ääntöä, kehon resonanssia, ääniväylän ja tilan kajennusta sekä ääntä kirkastavia ja vankentavia artikulaation keinoja. Tuo instrumenttisi mukana. Tilassa on piano. ma 10-12 ja 13-15.30, ti 9-12 ja 13-15.30, ke 9-12. Kurssimaksu 150 € (sis.alv 24 % 29,03€). Enintään 10 kurssilaista. Opettajana Enni Lakkala.

Värinä on liike 6.-8.7.

16 oppituntia

Vanha patoko?
Sammakon polskahdus,
veden ääni.

Värinä on liike - vesivärinä elävä maalauskurssi. Tutkimme ihmisen kokonaisuuden, katseen, käden ja kehon liikekeskusten avaamista, ohjausta ja koordinaatiota. Sopii myös liikerajoitteista ja näkökenttävajauksista kärsiville. Värinä paletilla liikkuu Alexanderin, Batesin ja Gilbertin opetuksia. Työskentelemme ke 17-20, to 9-12 ja 13-15.30, pe 9-12. Paperit, sudit ja posterivärit kuuluvat kurssihintaan. Kurssimaksu 180 € (sis.alv. 24 %, 34,84€). Enintään 6 kurssilaista. Opettajana Enni Lakkala.

Opetustila

Kurssit kokoontuvat Alexander-tekniikan opettajakoulun tiloissa Koulutie 4 A 2 Oriveden keskustassa. Ilmoittautumiset ja tiedustelut enni.lakkala@tietoinen.fi 20.6. mennessä.

Kurssimaksu

Kurssimaksu maksetaan viimeistään viikko ennen kurssin alkua Alexander-asema Tietoinen Oy:n tilille **Eräjärven säästöpankki FI 4545001320044634, BIC ITELFIHH**. Viestikenttään **kurssin nimi ja oma nimesi**. Kurssimaksu kattaa opetuksen. Kaikkien neljän kurssin yhteishinta on 580 € (sis.alv 24 % 112,26) eli saat alennusta 50 €, laita tällöin tunnus **kaikki** ja **oma nimesi**.

Majoitus ja ruokailu

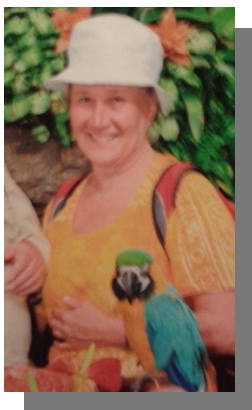
Majoitusta voi tiedustella saynaniemenleirintaalue.omasivu.fi tai www.isotarkkala.fi www.eerolanmatkailu.fi tai www.oriseutu.fi n kautta Mattilan tila.

Oriveden keskustassa on useita lounaspaikkoja. Koulutiloissamme on keittiö, astiat ja jääkaappi, jos haluat tehdä ruokasi itse tai retkipatja -majoittuakin (varaa ennakkoon).

Opettaja

Kursseilla opettaa pitkän linjan aikuispedagogi, HoT, MSTAT, FM, vokologi, logonomi Enni Lakkala. Enni on opettanut puheviestintää ja äänenkäyttöä vuodesta 1985 ja Alexander-tekniikkaa vuodesta 1999. Vuodesta 2010 alkaen Enni Lakkala on toiminut Alexander-tekniikan opettajakoulun pääopettajana. www.alexander-oko.tietoinen.fi . Opettajakouluun haku on paraikaa syksyksi.

Suuntaa Alexanderin SUVEEN!



Alexander-asema Tietoinen Oy

Koulutie 4 A 2, 35300

ORIVESI

enni.lakkala@tietoinen.fi

(050) 59 22 439

www.tietoinen.fi

www.alexander-oko.tietoinen.fi

Y1734825-7

alv.rek.