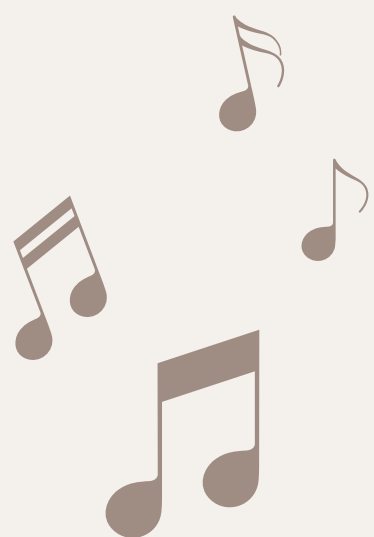


WARSZTATY WOKALNE



POCZUJ SWOJE CIAŁO ODKRYJ SWÓJ GŁOS

PROWADZI
MONIKA SZOSTAK





KILKA SŁÓW O PROWADZĄCEJ

Od zawsze byłam duszą artystyczną. Nawet jeszcze kiedy nie chodziłam na lekcje śpiewu muzyka zawsze była na moich ustach i rozbrzmiewała głośno we mnie całej. Zatem nie mogłam przejść obok tego uczucia obojętnie. :)

Jestem absolwentką Szkoły Muzycznej I stopnia w Garwolinie, Best vocal studio oraz laureatką wielu konkursów i festiwali ogólnokrajowych jak i międzynarodowych. Przez wiele lat należałam do grupy wokально-aktorskiej w Teatrze Buffo oraz jestem uczestniczką II edycji programu The Voice of Poland.

Podczas swojej drogi muzycznej miałam przyjemność wystąpić na jednej scenie ze wspaniałymi artystami m.in. Patrycja Markowska, Kasia Cerekwicka, Kasia Moś, Janusz Józefowicz, Sound'n Grace, Edyta Górniak, Michał Bajor, Natalia Kukulska, Natalia Nykiel, Halina Kunicka, Monika Urlik, Brian Fentress, Natasza Urbańska.

Jestem czynnie działającą artystką, autorką tekstów oraz kompozytorką. W 2023 roku wydałam swoje dwa debiutanckie single "Nie ma mnie dla Ciebie" oraz "Wolność", które kocham całym sercem. A kolejne już w drodze :)

CZEGO NAUCZYSZ SIĘ NA WARSZTATACH?

- Jaki wpływ na Twój głos mają Twoje ciało i emocje
- Jak odkrywać swój prawdziwy głos i potencjał
- Jak zdrowo używać swojego głosu
- Jak poprawnie i efektywnie rozgrzać swój głos
- Jak przygotować swoje ciało do śpiewania
- Jakie techniki relaksacyjne stosować gdy ciało jest spięte
- Jak prawidłowo oddychać podczas śpiewania
- Rozwiniesz umiejętności pracy w grupie oraz śpiewanie w kanonie oraz w dwugłosie
- Poznasz ćwiczenia na pobudzenie kreatywności oraz wyobraźni
- Nauczysz wyrażać się poprzez muzykę i śpiew bez narażenia na krytyczną ocenę innych
- Będziesz mógł skorzystać z konsultacji indywidualnej swojego głosu
- Reality show od kuchni dla ciekawych

DLA KOGO SĄ WARSZTATY?



Zapraszam wszystkie osoby kochające śpiewać od 16 roku życia. Poziom zaawansowania nie ma znaczenia.

» JAKI JEST KOSZT WARSZTATÓW?

Koszt warsztatów to 150 zł/osoba.

ILE CZASU TRWAJĄ WARSZTATY?



Warsztaty trwają od 10:00 – 15:00.

» CO WARTO ZE SOBĄ ZABRAĆ?

Wodę, coś do przekąszenia, zeszyt i długopis, karimatę/kocyk, DOBRY HUMOR :)

ILE OSÓB BĘDZIE W GRUPIE?



Maksymalna liczba osób biorących udział w warsztatach to 8 osób, minimalna 4 osoby.



DODATKOWE INFORMACJE

Każdy uczestnik na koniec warsztatów, oprócz masy zdobytej praktycznej wiedzy, niezapomnianych wspomnień i nowych znajomości otrzyma także **DYPLOM** uczestnictwa.

**Dołącz do warsztatów i odkryj
swój muzyczny potencjał w
niepowtarzalnej atmosferze
pełnej muzyki, emocji i radości!**



**Styczeń
2024**

**Program
warsztatów**

- | | | |
|-----------|--|--------------|
| 01 | Wprowadzenie
To czas na zapoznanie się, podzielenie się swoim doświadczeniem oraz przedstawienie harmonogramu warsztatów. | 10:00 |
| 02 | Pobudzenie kreatywności
Tutaj robimy ćwiczenia pomagające rozbudzić nasze umysły oraz nawiązać relację w grupie, ćwiczenia wokalne. | 10:30 |
| 03 | Ciało jako instrument
Teoria połączona z praktyką – tutaj zajmiemy się zrozumieniem i doświadczeniem na sobie w jaki sposób nasze ciało wpływa na nasz głos. Dużo ćwiczeń praktycznych. | 11:15 |
| 04 | Oddech w śpiewie
Część przede wszystkim praktyczna połączona z teorią. Jak prawidłowo oddychać w śpiewie, jaki jest główny mięsień oddechowy, jakie są techniki relaksacyjne. | 12:00 |
| 05 | Ćwiczenia wokalne
Jak prawidłowo i efektywnie rozgrzać swój głos – ćwiczenia wokalne, ćwiczenia artykulacyjne połączone z prawidłowym oddechem, śpiewanie na głosy. | 13:00 |
| 06 | Indywidualne konsultacje wokalne
Konsultacje są dobrowolne, ale zachęcam do skorzystania i podzielenia się swoim talentem – dobierzemy odpowiednie ćwiczenia do Twojego głosu oraz przyjrzymy się trudnościom w śpiewie. | 14:00 |
| 07 | Zakończenie warsztatów | 15:00 |