Online-Seminare

Musik für Schwangere



Termin

Dienstag, 10.11.2026 18.45 Uhr bis 20.00 Uhr

Ort

Online-Veranstaltung

Leitung

Brit Gardemeier

Inhalt

Musik in der Schwangerschaft hat eine besondere Bedeutung für Mutter und Baby. Schon im Mutterleib nimmt dein Baby Geräusche wahr. Deine Stimme ist sein erster Kontakt zur Welt, deine Musik die erste Musik seines Lebens – die Mutterleibsmusik.

Viele werdende Mütter sind in der Zeit der Schwangerschaft mit zahlreichen Dingen beschäftigt, die erledigt werden müssen, während der Körper Höchstleistungen vollbringt. Die aufregende Zeit der Schwangerschaft ist angefüllt mit Vorfreude, Stress und Veränderungen von Körper und Lebensumständen. Da kann es guttun, wenn du für dich einen Ort findest, an dem du bewusst abschalten, deinen Körper wahrnehmen und entspannen kannst.

In diesem Kurs erfährst du nicht nur Atem- und Entspannungstechniken, womit du ein besseres Bewusstsein für Beckenboden und Bauch erlangst. Du lernst auch Lieder, welche du deinem Kind während der Schwangerschaft vorsingen kannst sowie Kinderlieder, mit welchen du dein Baby nach der Geburt beruhigen, erfreuen und in einen wohligen Schlaf singen kannst.

Das Singen und Klingen versetzt deinen Körper in Schwingung und sorgt zudem für eine optimale Sauerstoffsättigung, welche wichtig ist für dich und dein Baby. Stress wird so reduziert und Glückshormone werden ausgeschüttet. Das alles kann dir Spaß bringen, dich entspannen und noch dazu deinem Baby neue Klangwelten eröffnen.

Zielgruppe

In erster Linie Schwangere, aber auch offen für alle anderen wie Eltern, KinderchorleiterInnen, Vor- und SonntagsschullehrerInnen sowie alle Interessierten.

Gebühr

Gebührenfrei

Hier anmelden

Anmeldung

ab dem 20.05.2026
bis zum 02.11.2026