

Meditativ singen	Klasse	10‘	Ab 2. Kl.
SchülerInnen und LehrerIn stehen im Kreis			
<p>Alle summen gemeinsam einen langen tiefen Ton, bevor die Luft ausgeht wird individuell geatmet, ohne dass ein Tonunterbruch entsteht. Nach einiger Zeit singen alle auf einen Vokal, z.B. aaaa – alle beugen sich nach vorn, stecken die Köpfe zusammen – alle drehen sich um 180° und singen gegen aussen – gemeinsam lassen alle langsam die Tonhöhe steigen – dann wieder sinken – neue Klangfarben: verschiedene Vokale – in die Stirnhöhlen singen (Obertonsingen) – neue Tonhöhe ...</p>	<p>10 Minuten ohne Unterbruch lange Töne singen – Meditation pure!</p>		