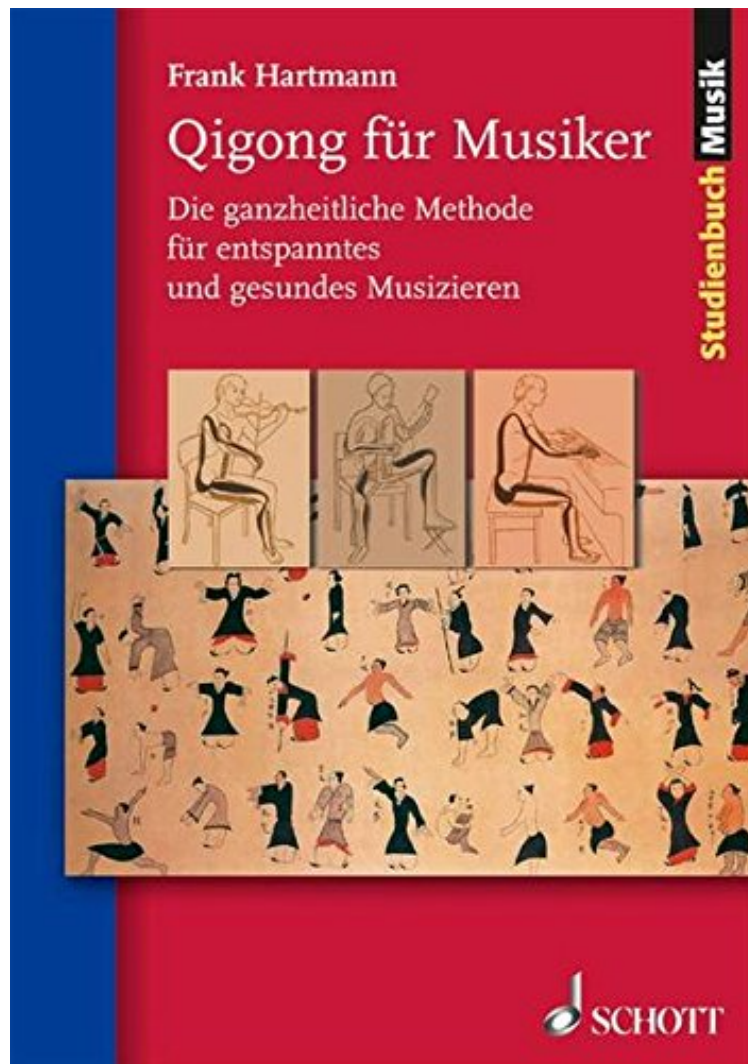


(Read ebook) Qigong für Musiker: Die ganzheitliche Methode für entspanntes und gesundes Musizieren  
(Studienbuch Musik)

## Qigong für Musiker: Die ganzheitliche Methode für entspanntes und gesundes Musizieren (Studienbuch Musik)

Von Frank Hartmann

ebooks | Download PDF | \*ePub | DOC | audiobook



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #438824 in BcherMarke: Schott Music DistributionVerffentlicht am: 2004-06-22Abmessungen: 8.25 x .31b x 5.75l, .0 Pfund Einband: Taschenbuch122 Seiten | File size: 31.Mb

**Von Frank Hartmann : Qigong für Musiker: Die ganzheitliche Methode für entspanntes und gesundes Musizieren (Studienbuch Musik)** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Qigong für Musiker: Die ganzheitliche Methode für entspanntes und gesundes Musizieren (Studienbuch Musik):

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. eigentlich ein falscher TitelVon Dr. Loeffler, SabineGutes Buch knapp und bersichtlich, nicht ohne Vorkenntnisse umzusetzen, speziell für Musiker gedacht - doch eigentlich vermittelt dieses Buch Organ-Qigong

## Produktbeschreibung Die ganzheitliche Methode für entspanntes und gesundes Musizieren

**Kurzbeschreibung** Qi Gong eine Art Atemheilgymnastik ist ein Verfahren der traditionellen chinesischen Medizin. Es verbindet Atmung, locker fließende Bewegungen, Dehnungen und Konzentration auf verschiedene Meridiane (Energiebahnen) zu einem ganzheitlichen und in den Grundzügen leicht erlernbaren Gesundheitssystem. Für Musiker sind vier Aspekte dieser ganzheitlichen Methode von entscheidender Bedeutung: - Verbindung von Atem und musikalischer Gestaltung, - Stressbewältigung und -prävention, - Muskuläre Spannungen, - Spieltechnik und - Ausgleich physischer, durch Spielhaltung bedingter Belastungen. Das hier vorgestellte praxisorientierte Übungskonzept führt zu einer Einheit des Interpreten mit der Musik und sich selbst, zu Wu Wei dem Tun durch Nicht-Tun. Die theoretischen Grundlagen aus der traditionellen chinesischen Medizin und der westlichen Bewegungslehre werden leicht verständlich dargestellt. Die Darstellungen erläutern die Übungsfolgen. Frank Hartmann ist Konzertgitarrist und Gitarrenlehrer mit langjähriger Unterrichtserfahrung. Er ist Übungsleiter und Dozent für Qi Gong und führt zahlreiche Seminare und Workshops durch. Autor diverser Artikel zum Thema in Fachzeitschriften.