

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Webinar 3

Wie mentale und energetische Einflüsse auf
Deinen Kehlkopf wirken



Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Den Kehlkopf verstehen, lockern, kontrollieren und befreien

- Kehlkopf kann frei arbeiten
- Höhen und Tiefen wesentlich leichter
- Lautstärke-Möglichkeiten drastisch erweitert
 - viel mehr Stimmflexibilität
 - Übergänge viel homogener

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



3 Ebenen

- Psychische Ebene
- Anatomisch - Physikalische Ebene
 - Mentale - Energetische Ebene

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



3 Ebenen

3) Mentale - Energetische Ebene

Challenge Kehlkopf 2023

Übung:

sich mit ausgestreckter Hand + zeigendem
Finger drehen, soweit es geht
dann in der Vorstellung sich ganz leicht viel
weiter drehen

dann sich wieder mit dem Körper drehen und
vergleichen → es wird auch mit dem Körper viele
weiter gehen!

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Übung:

Abklopfen, i-Oktav-Übung

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Gedanken erzeugen Ergebnisse

negative Gedanken – negative Ergebnisse

positive Gedanken – positive Ergebnisse

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



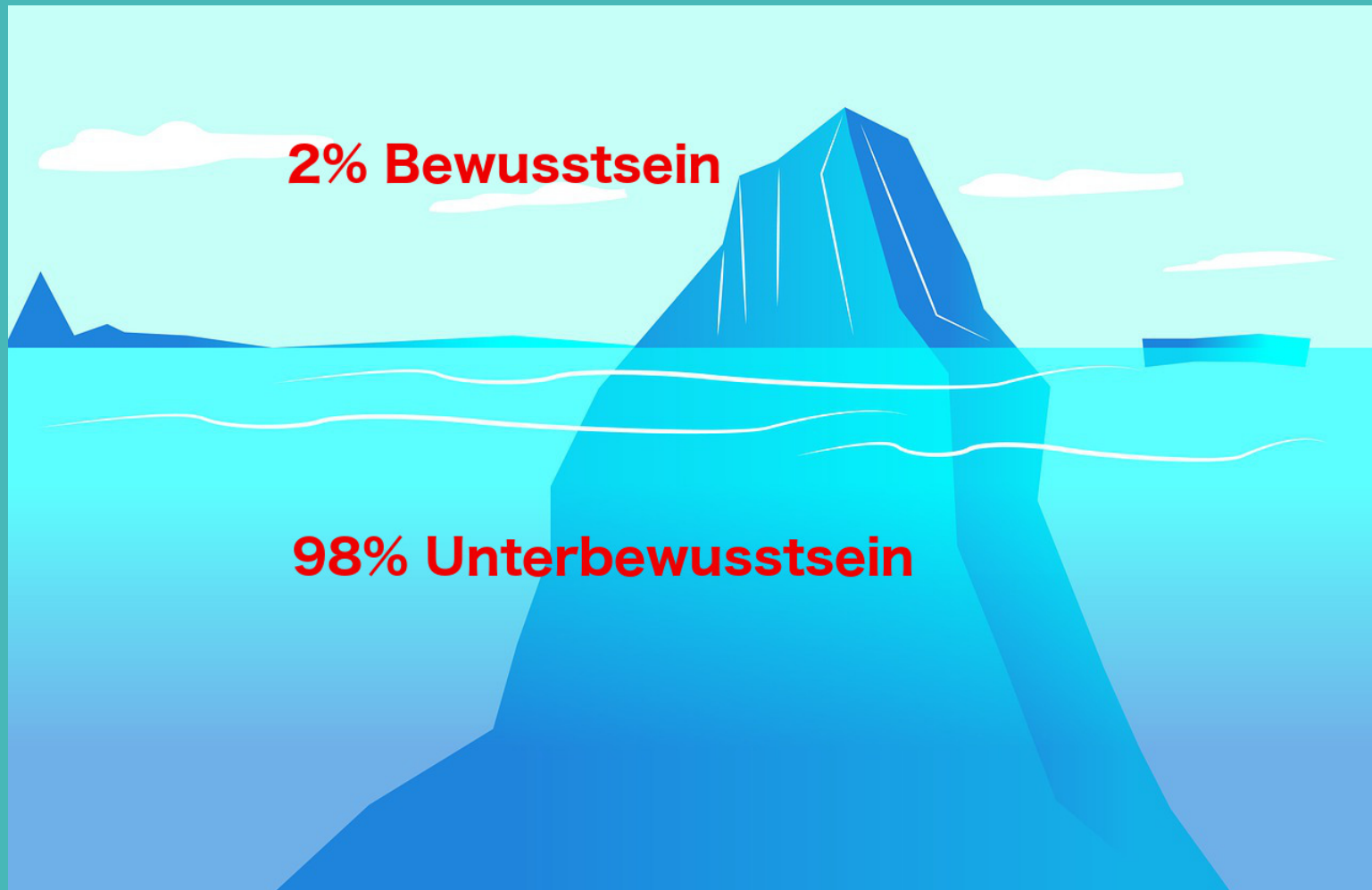
Problem:

Unbewusste negative Gedanken –
negative Ergebnisse

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Unbewusste negative Gedanken
=
Glaubenssätze

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Mögliche negative Glaubenssätze

meine Stimme ist schlecht

ich bin unmusikalisch

ich kann nicht sauber singen

ich mag meine Stimme nicht

niemand mag meine Stimme

ich kann nicht hoch/tief/schön/musikalisch/professionell/laut/leise singen

ich bin nicht der Typ, der vor anderen singt

wenn ich vor anderen singe, ist das peinlich

aus meiner Stimme wird nie etwas

alle anderen sind immer etwas besser als ich

ich schreie so beim singen

ich piepse so beim Singen

ich quietsche so beim Singen

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



→ Gegenteil formulieren

meine Stimme ist schlecht

meine Stimme ist toll

ich bin unmusikalisch

ich bin musikalisch

ich kann nicht sauber singen

ich singe sauber

ich mag meine Stimme nicht

ich mag meine Stimme

niemand mag meine Stimme

jeder mag meine Stimme

ich kann nicht hoch/tief/schön/musikalisch/professionell/laut/leise singen

ich singe hoch/tief/schön/musikalisch/ professionell/laut/leise

ich bin nicht der Typ, der vor anderen singt

ich liebe es, vor anderen zu singen

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



→ Gegenteil formulieren

wenn ich vor anderen singe, ist das peinlich
wenn ich vor anderen singe, sind alle begeistert
aus meiner Stimme wird nie etwas
meine Stimme hat großes Potential
alle anderen sind immer etwas besser als ich
ich vergleiche mich nicht
ich schreie so beim singen
ich singe kultiviert
ich piepse so beim Singen
ich singe mit Leichtigkeit laut und leise
ich quietsche so beim Singen
ich singe rund und weich

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



→ die 10 wichtigsten herausnehmen
und jeden Tag 30 bis 50x
vor dem Spiegel sprechen

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



**Jeder Glaubenssatz verursacht eine
bestimmte Emotion = Energie**

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Energie (energetische Muster):
selbst erworbene (eigene Erfahrung)
Ich habe gehört: ‚Du kannst nicht singen‘
übernommene (fremde Erfahrung)
Meine Mutter dachte:
Niemand in unserer Familie kann singen

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Löschen von Störungen/Blockaden:

„Ich lösche alle Blockaden über Zeit, Raum,
Dimension und Realität“

→ mit Hilfe des Kehlkopf Modells/der Zeichnung

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Oktavübung ‚i‘

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Energetische Störung
=
Störung im Energiefeld

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Störung im Energiefeld beheben:

CQM

(Chinesische Quantum Methode)

Bei Interesse:

Email an hannesfromhund@gmail.com

Challenge Kehlkopf 2023

DEIN KEHLKOPF IN HÖCHSTFORM

- bis zu fünf Töne höher singen
- leichte und bruchlose Übergänge
- Verdoppelung der Stimmdauer
- mehr Stimmgesundheit
- mehr Leichtigkeit



Einzelcoaching

→ **Anmeldung für Stimmanalyse
= Bewerbung für Coaching**

**Anmeldung bis Sonntag:
Coaching**

+

**Club of Voices Jahreskurs
(~~1638€~~) als Geschenk**

→ <https://hannesfromhund.com/terminbuchung/>