



Ankertraining 2024

De ankertraining is bedoeld voor Bedside Singers die de rol van anker op zich willen nemen. Een anker heeft de leiding over een groepje van 3 of 4 zangers aan het bed. In de training oefenen we de muzikale, emotionele en communicatieve vaardigheden die deze rol van je vraagt.

De ankertraining bestaat uit 6 bijeenkomsten:

3 live bijeenkomsten

In de live bijeenkomsten ligt de focus op het oefenen van de 2 kerntaken van het anker:

- 1) het contact maken met degene voor wie je zingt en
- 2) het leiden van een groepje zangers.

Door dingen uit te proberen in een veilige oefensituatie krijg je meer zicht op wat jouw stijl van leiden is en welke benadering goed en minder goed werkt. Je krijgt waardevolle feedback van degene in de ligstoel voor wie je zingt, en van je mede-cursisten. We werken in 2 groepjes van 5 of 6.

3 online bijeenkomsten

De online avonden gebruiken we om met de hele groep stil te staan bij een aantal belangrijke facetten van het anker-zijn. Je leert goed gegrond te zijn in je eigen centrum, zodat je voor de zangers een veilige basis bent, maar indien nodig ook eerlijke feedback durft te geven. We kijken samen naar de lastige situaties die je daarin kan tegenkomen. Naast dit alles krijg je waardevolle achtergrondtheorie in de vorm van artikelen, die we samen bespreken.

Praktische informatie

Tijdsinvestering:

6 bijeenkomsten: 3 live dagen (van 5,5 uur) en 3 online avonden (van 2,5 uur)

Data en tijden:

De live bijeenkomsten duren van 10:30 tot 16:00 uur, de online bijeenkomsten van 19:30 tot 22:00 uur.

- 5 maart (online)
- 13 april (live)
- 21 mei (online)
- 9 juni (live)
- 19 september (online)
- 27 oktober (live)

Locatie:

Voor de live bijeenkomsten splitsen we de groep in regio Noord en Zuid. Samen met de deelnemers zoeken we een geschikte locatie.

Aantal deelnemers:

Minimaal 6, maximaal 12 deelnemers

Kosten:

100 euro

Trainers:

Petrie Akkerman (Noord) en Alet Wildmann (Zuid)

Inclusief:

Een syllabus met artikelen en een anker-practicum

Aanmelden:

Bedside Singers die zingen bij een koor dat volwaardig lid is van Bedside Singers Nederland kunnen meedoen: zowel koorleiders (met of zonder ervaring aan bed) als koorleden die minimaal 5 keer aan bed gezongen hebben. Per koor kunnen maximaal 2 zangers deelnemen. Graag aanmelden via contact@bedsidesingers.nl. Vermeld in je mail bij welk koor je zingt en hoe lang je aan het bed zingt als Bedside Singer.

Deze workshop wordt gesponsord door:



Roomsch Catholijk Oude Armen Kantoor

Dr. C.J. Vaillantfonds

Goede Doelen Fonds van de LVC