



Kurs

**For medlemskor i
Norsk Sangerforbund**

www.norsksangerforbund.no

*"Ingen for liten, ingen for stor
- kom bli med, syng i kor"*

Norsk Sangerforbund utvider kurstilbudet sitt i 2018. Musikkrådet har jobbet med å finne temaer og kursholdere som kan inspirere og hjelpe medlemskorene og sangerne til fortsatt utvikling. Vi ønsker at kursene skal gi dere en kickstart inn i temaer som kan være med på å gjøre korsang til en enda bedre opplevelse for sangerne og publikum. Vi gleder oss til å komme ut i distriktene med kursene våre.

Marie Frostlid Philstrøm	CVT-sangteknikk	Ca. 50 deltakere
Linda Grønhaug	Sangteknikk	
Anine Kruse Skartrud	Rytmask	Ca. 20 deltakere
Tiril Pharo	Formidling	Ca. 20 deltakere
Hanne Dahle	Formidling	25-30 deltakere
Musikkrådet	Dirigenttreff	

1. Kurs SANGTEKNIKK

Det er alltid sunt med litt oppfriskning og nye innspill om sangteknikk. Desto større kunnskap dere får, desto enklere blir det å synge.



Marie Pihlstrøm

Frostlid er en allsidig og erfaren sanger og sangpedagog med lang undervisnings-erfaring. Hun er autorisert lærer i komplett sangteknikk

(CVT). Teknikken er basert på anatomi, med enkle og forståelige instruksjoner, som gjelder for alle sjangere- Alt fra opera til heavy metal.

Som sangpedagog jobber Marie innenfor sjangere som musikal, pop, klassisk/opera, rock, heavy, folkemusikk, jazz og soul. Marie kan ha videregående kurs for dere som har vært på kurs med henne før, og begynnerkurs for dere som vil lære CVT-teknikken

Deltakere: Max. ca. 50 stk



Linda Grønhaug- sangpedagog

Skreddersydd seminaropplegg med helhetlig undervisning for større og mindre kor.

Linda er sangpedagog med medisinfaglig bakgrunn og har mer enn tyve års erfaring i å lære bort

hvordan smart muskelbruk fremmer en god sangstemme. På seminaret lærer man hvordan man selv kan utføre virkningsfulle øvelser for sangstemmen, og å kjenne på hvordan skreddersydde øvelser vil åpne opp for en sterkere og bedre klang. Linda bruker korets eget repertoar i undervisningen, og instruerer i øvelser som koret trenger for å komme videre, det være seg innen generell sangteknikk, jobbe med flyt i frasingene, utvide registeret ved å lettere nå de lyse/mørke tonene, bedre formidlingsevnen, treffsikkerheten i rytmikk/puls/underdelinger eller bli god til å holde en tone stødig (pitch). Vi jobber også med ulike klanger og klangblandinger som er tilpasset

korets repertoar, eksempelvis innen sjangre som klassisk, viser, rock, pop, jazz osv.

Linda arbeider med å bevisstgjøre forskjellen mellom god og mindre god sang-muskelbruk (muskelbruk som fremmer og muskelbruk som hemmer), eksempelvis at man lærer å synge med mer volum eller lettere nå de lyse tonene, uten at man føler ubehag, presser eller blir hes. Koret får i løpet av seminaret et knippe virkningsfulle øvelser som får kroppen til å spille på lag med «sangmusklene». Øvelsene er enkle og morsomme, og kan etter seminaret praktiseres både i koret og som hjemmeøvelse for den enkelte deltaker.

2. Kurs RYTMISK MUSIKK

Pop, rock, jazz, som vi i korverden kaller rytmisk musikk, gir oss ofte store rytmiske utfordringer. Kurs i denne sjangeren som vil gi dere metoder å takle disse utfordringene på.



Seminar for korsangere med **Anine Kruse Skatrud**:

Hun er en erfaren korleder som jobber mye med rytmisk musikk, og vet hva som skal til for å fungere bedre i kor. Dette seminaret handler om hvordan man som korsanger må finne balansen

mellom å ta ansvar og gi plass til de andre. Tørre å ta sjanser, tørre å lede, men også la seg lede og følge strømmen. Det blir mange morsomme øvelser, og god anledning til å bli kjent med andre deltagere.

Kursdeltagere: max. ca. 20

3. Kurs FORMIDLING

Hvordan kan vi bli flinkere til å få kontakt med publikum? I Kor-Norge er vi 'gode' til å stå pent på 2 rekker og se ned i kormappa vår under konserter. Disse kursene vil gi tips og råd til å komme ut av komfortsonen, til glede for både sangere og publikum.



Skuespiller Tiril Pharo jobber med sceneinstruksjon og teaterproduksjon, og har også god kjennskap til kor.

Gjennom en rekke

morsomme øvelser blir vi mer

bevisste på hva vi synger og hvordan vi kan nå ut til publikum. Vi skal rett og slett leke oss frem til å bli enda bedre formidlere når vi synger. Tiril jobber med både mimikk, sangen, følelser og bevegelser - på en morsom og utfordrende måte. Du er garantert mye latter og entre-fire utfordringer på denne workshopen.

Tiril har med seg en av kompanjongene sine hvis dere er mange - hun samarbeider med flere dyktige skuespillere og musikere. Dette skreddersyr vi sammen etter behov!

Kursdeltakere: max. ca. 20 stk



Hanne Dahle har siden 1981 vært utøvende kunstner innen teaterfaget. Har en rik erfaring fra teaterverdenen. Hun har vært engasjert i oppsetninger for Riksteatret, Oslo Nye Teater, Rikskonsertene og Nordland Teater. Hun har også flere TV-produksjoner bak seg. Vi har blant annet sett henne som kokka Hilde i Hotel Cæsar, Becky i Borettslaget og Alfa i Sesam stasjon. Hun jobber også som manusforfatter, pedagog, regi, -og konsulentoppdrag.

I en helg med Hanne vil dere via lek og utfordringer få kunnskap som gjøre dere til bedre formidlere av musikk.

Kursdeltagere: max. 25-30 stk

DIRIGENTTREFF

Når vi er ute i distriktene med kursene våre vil vi benytte anledningen til å arrangere et dirigenttreff. Musikkrådet ønsker et tettere samarbeid med dere dirigenter. Vi trenger deres kunnskap om hva som er utfordringer og hva som fungerer ute i distriktene og hvert enkelt kor. Det er kunnskap vi trenger når vi skal planlegge forbundets aktiviteter. OG det nytter: Det var innspill på et dirigenttreff som var starten på at vi i dag har et dirigentfond i Norsk Sangerforbund.

Med sangerhilsen fra musikkutvalget i Norsk Sangerforbund

Gabrielle Sørensen

Tage Tysland

Eli-Anne Enderud

Evy Sypriansen

