Stundenplan - Fach Musikphysiologie

Montag	Dienstag	Dienstag (online)	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	9:00 – 10:30 **Pilates und Faszientraining I** Sporthalle *Carolina Lares Jaffé* ***ab 6.10.26***	9:00 – 10:30 **Physioprophylaxe** *Onlinekurs* *Anja Freytag* ***ab 7.10.26***	9:00 - 10:00 **Mitarbeitersport** *Sporthalle* ***durchgehend***		
10:30 – 12:00 **Kraftausdauertraining für Musiker*innen** Sporthalle *Anja Freytag* ***ab 5.10.26***	11:00 – 12:30 **Grundlagen Musikphysiologie Theorie und Praxis Gruppe 1** Sporthalle *Carolina Lares Jaffé* ***ab 6.10.26***	11:30 – 13:00 **Präventive Rückenschule** *Onlinekurs* *Anja Freytag* ***ab 7.10.26***	10:15 – 11:45 **Fitness** Sporthalle *Anja Freytag* ***ab 8.10.26***		
12:30 – 14:00 **Stressprävention für Musiker*innen** Sporthalle *Anja Freytag* ***ab 5.10.26***			12:00 – 13:30 **Grundlagen Musikphysiologie Theorie und Praxis Gruppe 2** Sporthalle *Carolina Lares Jaffé* ***ab 7.10.26***	12:30 – 15:00 **Tai-Ji Quan und Bühnenpräsenz** Sporthalle *Márton Nagy* ***ab 8.10.26***	11:00 – 12:30 **Atemlehre I** *Friederike Langbein* Sporthalle / Raum ***ab 9.10.26***
	14:00 – 15:30 **Pilates und Faszientraining II** Sporthalle *Carolina Lares Jaffé* ***ab 6.10.26***		14:00 - 15:30 16:00 – 17:30 **Alexandertechnik I und II** Sporthalle *Heike Sheratte* ***ab 7.10.26***	15:00 – 17:00 **Auftritts- und Entspannungstraining** Raum 550 / Sporthalle *Isabell Fernholz* ***ab 8.10.26***	
16:30 – 18:30 **Mental- und Auftrittstraining - Body Mind Presence** Sporthalle *Kristin Guttenberg* ***ab 14.10.26***			16:15 - 17:45 **MTMA musikalisches Training in der musikalischen Ausbildung** Raum 550 *Mario Leichsenring* ***ab 7.10.26***	17:00 – 18:30 **Feldenkrais** Raum 550 / Sporthalle *Ruth Wiesenfeld* ***ab 8.10.26***	

Kursanmeldungen bitte NUR über CAS
Für Anmeldungen nach dem 31.8.2026 bitte direkt bei den Dozent*innen melden