



Chorgemeinschaft St. Georg Amberg und Familienchor Klangfarben

Sängerinnen und Sänger gesucht!

Interesse? Einfach ausprobieren und sich begeistern lassen!

Chorgemeinschaft St. Georg:

montags, 19:30 Uhr - 21:00 Uhr

Familienchor Klangfarben:

freitags, 16:30 Uhr - 17:30 Uhr

Clubraum Pfarrzentrum St. Georg Amberg

*Interessierte Sänger/innen können sich bei Kataryna Menges
melden oder einfach vorbeikommen:*

017632038095 oder Kataryna.Menges@gmail.com

5 DINGE, DIE BEWEISEN, DASS DU UNBEDINGT IN EINEM CHOR SINGEN SOLLTEST

1. ES IST NACHGEWIESEN GESUND

Forscher der Universität Göteborg haben einen positiven Einfluss des Chorsingens auf den Körper nachgewiesen. **Chorsingen hat eine beruhigende Wirkung wie Yoga.** Das gemeinsame Singen synchronisiert die Koordination von Muskeln und Nervenaktivitäten. Dies macht sich besonders in der kontrollierten, ruhigen Atmung und der Herzaktivität bemerkbar: Beim Ausatmen verlangsamt sich der Puls, beim Einatmen hingegen steigt er wieder an. So kommt es, dass die Herzen der Sänger nicht nur für die Musik, sondern auch im gleichen Takt schlagen.

2. STIMMUNGSSCHWANKUNGEN SIND VERGANGENHEIT

Diese gesundheitlichen Vorteile weiten sich sogar auf die Gemütslage aus. Man steckt seine Energie ins Singen, vergisst alles um sich herum, fühlt sich freier und lädt die Akkus auch gleichzeitig wieder auf. Das hat zur Folge, dass man mit Begeisterung dabei ist und die Probe genauso enthusiastisch verlässt.

3. DU WIRST DISZIPLINIERTER

Wer erst einmal angefangen hat, in einem Chor zu singen, wird so schnell nicht mehr davon loskommen. Dadurch wird man auch gleichzeitig disziplinierter. Die regelmäßige Teilnahme an Proben ist stets mit dem Einüben der richtigen Töne verbunden, es geht um permanente Verbesserung, das Zusammenspiel der Stimmen zu optimieren und dies komplett stressfrei.

4. EINE GEMEINSCHAFT VERBINDET

Die Proben sind ein Ereignis, bei dem ihr Freundschaften knüpft, zusammen etwas Neues lernen könnt, und eine Menge Spaß im Team habt. In der Leidenschaft für Musik fühlt ihr euch verbunden. Diese Verbundenheit ist ein Geschenk, welches auch über das Singen hinaus geht.

5. ES MACHT GLÜCKLICH

Nicht zuletzt ist natürlich die Emotionalität ein bedeutender Faktor. Musik berührt und lässt unseren stressigen Alltag in den Hintergrund treten. Beim Singen wird außerdem die Produktion von Serotonin angekurbelt, was als Glückshormon bekannt ist. Zusammen mit anderen macht es gleich noch viel mehr Spaß.

FAZIT: Es wird höchste Zeit bei uns mitzusingen!