indra boone
STEM & ZANG

# BEDRIJVEN

TEAMBUILDING MET ZANG

## Bezing eer ge begint

### Goed voor je adem, je humeur én je team.

Zingen is gezond: het zorgt voor een goeie sfeer, doet lachen en verbindt. Al zingend verken je je stem, intuïtief en creatief, en werk je ongemerkt aan je stemmotoriek. Omdat iedereen samen zingt, kun je even onderduiken in de groep en ben je tegelijk deel van een groter geheel. Ervaring is niet nodig: iedereen doet mee, ook wie zegt dat hij niet kan zingen.

#### HERKEN JE DIT?

- Collega's kennen elkaar vooral van hun functie.
- Je zoekt een teamactiviteit waar écht iedereen aan meedoet.
- Na een fusie of met nieuwe collega's moet het team zijn klank opnieuw vinden.

#### WAAR WE AAN WERKEN

- samen ademen en inzetten
- spelen met hoog, laag, zacht en luid
- meerstemmig zingen
- je stem durven laten horen
- stem opwarmen en losmaken
- luisteren en afstemmen
- ritme met lijf en stem

#### FORMATS

**Zangstonde**
Samen zingen zonder druk.

**Close harmony**
Drie of vier stemmen die in elkaar passen.

**Stem & bodypercussie**
Ritme met lijf en stem.

**Teamlied**
Samen een eigen lied schrijven.

**Also in English:** deze workshop kan ook in het Engels gegeven worden.

**Wat het oplevert:** rollen vallen even weg. Je team luistert beter naar elkaar, lacht samen en gaat naar huis met energie.

+32 497 92 44 50 info@indraboone.com www.indraboone.com BTW BE0674684488

# BEDRIJVEN

TEAMBUILDING: OVER MIJ & PRIJZEN

indra boone
STEM & ZANG

## WIE BEN IK

Ik ben logopedist, stemtherapeut, zangdocent en muziektheatermaker in Gent. Ik werk als logopedist in AZ Jan Palfijn, ben opgeleid in Estill Voice Training en sta zelf op het podium. Ik ken de stem dus van op de scène én van binnenuit. Mijn sterkte: die kennis behapbaar maken, met humor en zonder drempel.

> *"Ik ben helemaal op mijn gemak bij haar en, niet onbelangrijk, er kan ook al eens gelachen worden."*
>
> Ellen Devos, oprichter van Elluminé

## TEAMBUILDING

| DUUR | TOT 10 | TOT 15 | TOT 20 | TOT 40* |
|---|---|---|---|---|
| 2 uur | **€ 350** | **€ 400** | **€ 550** | **€ 850** |
| 3 uur | **€ 450** | **€ 550** | **€ 700** | **€ 1.050** |
| 4 uur<br>met 30 min. pauze | - | - | **€ 950** | **€ 1.400** |

Prijs per groep. * met 2 begeleiders.

## ANDERE FORMULES

| FORMULE | PRIJS |
|---|---|
| **Energizer**<br>45 minuten, tot 80 personen | **€ 400** |
| **Groter, langer of in combinatie met muziek op maat**<br>bv. een optreden op jullie event | **op offerte** |

Verplaatsing: € 0,43 per km, heen en terug vanuit Gent. Meer dan 20 minuten rijden? Dan boek je minimum 3 uur.

## Vraag een offerte aan

Mail naar info@indraboone.com met de datum, het aantal deelnemers en de locatie. Ik maak een voorstel op maat van jullie team. Liever in het Engels? Vermeld het gerust.

Alle prijzen zijn exclusief 21% btw.

+32 497 92 44 50 info@indraboone.com www.indraboone.com BTW BE0674684488