

## LYSSNA DJUPARE

### Lektioner - Samtal / möten kring musik - Seminarier

*Vill du bli en mer uppmärksam lyssnare?*

*Vill du uppleva mer glädje i musiklyssnandet?*

*Vill du lära dig mer om hur musik kommer till?*

**Fredrik Hagstedt** erbjuder undervisning för alla som vill lära sig lyssna på musik bättre. Målet är att bli en mer uppmärksam lyssnare och att vidga sitt musikintresse. Utgångspunkt är noggrant utvalda stycken klassisk musik som vi lyssnar koncentrerat på. Mellan lyssningarna talar vi om vad vi hört och upplevt.

Lektionerna är privata eller för grupper om högst fem personer. Seminarier erbjuds för större grupper, med överenskommet tema.

**Provlektion** på 90 minuter. Vi träffas i en tyst och ostörd miljö hemma hos er, på er arbetsplats eller annan lämplig plats. Utrustning som krävs är en bra ljudanläggning med CD-spelare. Ni får konkreta exempel på vad djupare lyssnande innebär. Efteråt kan vi diskutera fortsatta möten, utifrån de behov och intressen ni har.

Fredrik Hagstedt är tonsättare och poet med mångårig erfarenhet av djupt lyssnande på klassisk musik. Läs mer på [www.medvetenhetsverkstad.se](http://www.medvetenhetsverkstad.se)

För mer information kontakta Fredrik på telefon **0768-196734** eller via e-post [fredrik@medvetenhetsverkstad.se](mailto:fredrik@medvetenhetsverkstad.se)