



CIRCLESONG

# CIRCLESONG & GIOCANDO LA VOCE

4-TÄGIGES TRAINING  
ERLEBEN UND LEITEN VON CIRCLESONGS

22.-23. MÄRZ 2026 ZÜRICH

ABCIRCLESONG

auch für Anfänger geeignet

MIT COSTANZA SANSONI

12.-13. SEPTEMBER 2026 WÄDENSWIL (ZH)

LEITUNG CIRCLESONG

KUNST, TECHNIK UND HERZ

Geeignet für alle, die sich vertiefen möchten

MIT OSKAR BOLDRE

# **CIRCLESONG & GIOCANDO LA VOCE**

**22.–23. MÄRZ MIT COSTANZA SANSONI**

**Wir machen unsere ersten Schritte im Kreisgesang mit Übungen namens CANTICORPI (KÖRPERGESANG). Diese Übungen zielen darauf ab, die Stimme zu befreien und gleichzeitig den Körper bewusst einzubeziehen. Wir üben die Grundregeln, die die Entstehung und Entwicklung eines Kreisgesangs ermöglichen - durch rhythmische, melodische, harmonische und hörbildende Übungen. Wir erleben sowohl die wohltuende und therapeutische Wirkung des Singens als auch technische und pädagogische Aspekte. Zudem lernen wir, mit unserem Instrument Stimme zu spielen und die Freude am Entdecken neuer Musik zu erfahren. Diese Tage sollen den Teilnehmenden eine Grundlage vermitteln, um sich im Kreisgesang zu orientieren und freudvoll gemeinsam zu singen.**

**Am Samstagabend findet ein offener Kreisgesang (auch für externe Sängerinnen und Sänger) statt, bei dem die Teilnehmenden gemeinsam das Anleiten üben können.**

**Diese beiden Tage sind der erste Schritt im Trainingsprozess der mit einem zweiten Wochenende zur Vertiefung der Kunst des Circlesong-Leitens unter der Leitung von Oskar Boldre abgeschlossen wird.**

## **WAS SIND CIRCLESONGS?**

**Circlesongs eröffnen eine neue Dimension der Chormusik, die allen offensteht, die gemeinsam singen möchten. Es gibt keine Noten zu lesen und keine Stücke zu lernen. Man imitiert einfach die Improvisationen des Leiters und wiederholt einfache musikalische Phrasen. Die Stimme wird als Instrument eingesetzt, also ohne gesprochene Sprache. Der Begriff „Circlesong“ wurde von Bobby McFerrin geprägt, der diese Praxis durch seine langjährige Arbeit mit seinem Chor Voicestra seit 1985 wiederbelebt hat.**

## **WOZU DIENEN SIE?**

**Circlesongs wirken verbindend, belebend und haben kurz- und langfristig einen positiven Effekt. Sie fördern die Verbindung zur eigenen Stimme und zu anderen und wecken die angeborene Freude an spielerischen und spontanen Begegnungen. Sie sind ein beliebtes gemeinschaftliches Ritual, das auf persönlicher, musikalischer und sozialer Ebene immer mehr an Bedeutung gewinnt. Circlesongs wirken dem Individualismus entgegen und setzen Endorphine (Glückshormone) frei.**

**Costanza Sansoni Baratella**

ist eine toskanische Sängerin und Musiktherapeutin. Sie widmet sich dem Gesang und der Weiterentwicklung ihrer Stimme durch den Besuch von Seminaren, Musikschulen und die Zusammenarbeit mit verschiedenen Lehrern. Ihr besonderes Augenmerk liegt auf dem A-cappella-Gesang. Sie wirkt in diversen Projekten und Formationen mit, von Chören bis hin zu kleinen Ensembles. Zeitgenössischer Tanz ist seit jeher eine ihrer Leidenschaften. Sie ist Teil des Vokalduos Cocoband, mit dem sie italienische Lieder und Eigenkompositionen interpretiert, und ist Mitglied des Oskar Boldre Quartetts. In den letzten 20 Jahren hat sie die Kunst der Vokalimprovisation bei ihren wichtigsten Lehrern, Oskar Boldre (Giocando La Voce) und Rhiannon (Vocal River – All the Way In 2010/2011), erforscht. Als ausgebildete Musiktherapeutin liegt ihr das Zuhören und die Förderung des unendlichen Ausdruckspotenzials anderer Menschen sehr am Herzen. Sie leitet Gesangs- und Bewegungskurse und -workshops (Canticorpi), darunter auch therapeutische Kurse, und verfügt über mehr als zehn Jahre Erfahrung im psychiatrischen Tageszentrum in Luino (VA). Außerdem unterrichtet sie kreativen Vokalismus an der dreijährigen Schule für relationale Psychomotorik in Varese und beim Kulturverein „Giocando la Voce“, wo sie seit 2010 Kurse in Locarno und Lugano anbietet.

# **CIRCLESONG & GIOCANDO LA VOCE**

## **12.–13. SEPTEMBER MIT OSKAR BOLDRE**

**12.–13. SEPTEMBER mit Oskar Boldre**

Das Training schließt mit einem Wochenende ab, in dem die Kunst, das Herz und die Technik des Circlesong-Leitens vertieft wird. Die Arbeit wird individueller gestaltet und nimmt die Themen und Bedürfnisse auf, die sich aus den Tagen mit Constanza herauskristallisiert haben. Ziel dieses Wochenendes ist es, den Teilnehmenden die nötigen Werkzeuge an die Hand zu geben, um hochwertige Circlesongs zu gestalten. Dabei öffnen wir uns für neue Musik, unterstützt durch Hörpraktiken sowie rhythmische, melodische und harmonische Übungen, aber auch durch das Loslassen von Kontrolle und durch spielerisches Erkunden. Diese Übungen sind Teil der Methode „Giocando La Voce GLV“ (von Oskar Boldre, erschienen bei Voglino Editrice auf Italienisch und mit einer zweiten englischen Auflage).

Am Samstagabend findet ein Opencircle statt (zu dem auch externe Sängerinnen und Sänger eingeladen sind), der Teil des Trainingsprogramms ist. Während des Abends und des Workshops werden wichtige Beispiele der Übungen aufgenommen (nur Audio). Diese Ausschnitte werden anschließend (auf einem privaten Laufwerk) geteilt und mit hilfreichen Beobachtungen, Kommentaren und Anregungen für die Weiterentwicklung ergänzt.

Mit seinem Ansatz, musikalische Fähigkeiten mit spielerischer Kreativität, innerer Verbundenheit und Achtsamkeit zu verbinden, führt Oskar Boldre die Teilnehmenden dazu, die vielfältigen Aspekte des Circlesongs kennenzulernen und zu vertiefen: Von praktischen Dingen (wie man sich vor dem Beginn «öffnet» und vorbereitet, Dirigier-Gesten, welche Klangfarben man wählt, verschiedene Circlestile mit CIRCLE CARDS übt usw.) bis hin zu tieferen, psychopädagogischen Aspekten (wie man emotionale Blockaden überwindet, mit möglichen Schwierigkeiten in der Gruppe umgeht, wie man sich um andere kümmert usw.). Ziel ist ein umfassendes und tiefes Verständnis dieser Kunst. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf der Entwicklung des Hörens mithilfe der Methode des mimetischen Zuhörens (GLV-Methode).

Das Programm vermittelt nicht nur die technischen Aspekte, die für den Fortschritt notwendig sind, sondern bietet auch Raum für die Reflexion darüber, wer wir sind und wohin wir durch das Singen gehen wollen. So wird der Teil des Egos, der die Kunst oft trübt, zum Schweigen gebracht. Im Mittelpunkt des Kreises steht die Musik, nicht wir selbst. Eine Reise, die die nötige Demut, der Musik zu dienen, niemals aus den Augen verliert und die Freude am Singen mit allen teilt.

Oskar Boldre: Sänger, Lehrer, Chorleiter, Multiinstrumentalist und Komponist.

Er lernte Bobby McFerrin 1992 kennen und führte nach fünf Jahren des Übens und Studierens die Praxis der Circlesongs in Italien und der Schweiz ein. Dies gelang ihm durch zahlreiche Workshops und Aktivitäten mit seinen Chören Goccia di Voci | Canton Ticino | Zurich | Bern | Alto Piemonte und Ancore d'Aria | Mailand. Seit 2004 ist er künstlerischer Leiter des Internationalen Festivals Voci Audaci (Locarno, Schweiz). 2020 veröffentlichte er seine Improvisationsmethode „Giocando La Voce“ (Voglino Editrice): 85 Übungen, die auf Spiel, Kontrolle und Loslassen basieren. Er gibt Solokonzerte und ist im Projekt Vocalia aktiv. Von 2022 bis 2024 leitete er zwei jährliche Fortbildungen für alle, die ihre Kenntnisse der Dirigierkunst vertiefen wollten.

# **CIRCLESONG et GIOCANDO LA VOCE**

**22.-23. MÄRZ MIT COSTANZA SANSONI**

**12.-13. SEPTEMBER MIT OSKAR BOLDRE**

## **22.-23. MÄRZ 2026**

- SEMINARZEITEN - SA 11:00-19:00 + Opencircle 20:00-21:00 | SO 10:00-18:00 Uhr
- PREISE: Einzelner Workshop CHF 250.-, **beide 400.-** (Ermäßigungen auf Anfrage für Studierende und/oder Arbeitslose)
- ORT: Yogaraum Lebensbaum, Quartierzentrum Friesenberg, Schweighofstrasse 230, 8045 Zürich
- ANZAHLUNG: Bitte eine E-Mail senden an [oskarboldre@tiscali.it](mailto:oskarboldre@tiscali.it), um die Zahlungsanweisungen für die Anzahlung in Höhe von **CHF 100.-** an die Schweizerische Vereinigung Giocando La Voce (per IBAN) zu erhalten. KEINE TWINT-Zahlung
- BEIDE WOCHENENDEN: Zahlen Sie die Anzahlung von 200.-, um sich für beide Workshops anzumelden
- RESTBETRAG: Per IBAN oder bar während des Workshops
- ANMELDESCHLUSS: 20. FEBRUAR
- Teilnahmebescheinigungen werden ausgestellt

## **12.-13. SEPTEMBER 2026**

- SEMINARZEITEN - SA 11:00-19:00 + Opencircle 20:00-21:00 | SO 10:00-18:00
- PREISE: Einzelner Workshop CHF 250.-, **beide 400.-** (Ermäßigungen auf Anfrage für Studierende und/oder Arbeitslose)
- ORT: Atelier Seesicht bei Zita Knobel, Speerstrasse 52, 8820 WÄDENSWIL (ZH)
- ANZAHLUNG: Bitte eine E-Mail senden an [oskarboldre@tiscali.it](mailto:oskarboldre@tiscali.it), um die Zahlungsanweisungen für die Anzahlung in Höhe von **CHF 100.-** an die Schweizerische Vereinigung Giocando La Voce (per IBAN) zu erhalten. KEINE TWINT-Zahlung
- BEIDE WOCHENENDEN: Zahlen Sie die Anzahlung von 200.-, um sich für beide Workshops anzumelden
- RESTBETRAG: Per IBAN oder bar während des Workshops
- ANMELDUNG: Anmeldeschluss: 20. AUGUST
- Teilnahmebescheinigungen werden ausgestellt.

**Das Seminar wird in italienisch/englisch gehalten,  
wenn gewünscht mit deutscher Übersetzung**

**info: [oskarboldre@tiscali.it](mailto:oskarboldre@tiscali.it) +41 76 433 68 38 [www.oskarboldre.com](http://www.oskarboldre.com)**