



# Česká společnost pro hudební fyziologii a medicínu hudebníků

## 6. Sympozium

8:30 registrace účastníků

-

9:00

9:00 MgA. Jana **Kubánková**

-

10:30

### *Principy uvolněného hraní z hlediska psychosomatiky*

Houslistka a lektorka nás seznámí s psychosomatickým pohledem na uvolněnou hru bez technických limitů, bolesti a stresu

10:45 Mgr. Jan **Siřínek**, Ph.D

-

11:45

### *O trémě z různých stran*

Klinický psycholog, psychoterapeut a profesionálně vyškolený houslista ve své přednášce o trémě pojedná o psychických stavech provázejících nejen veškeré živé provozování hudby, ale jakékoliv vystupování před publikem.

12:00 Mgr. Kristýna **Šrámková**, DiS.

-

13:00

### *Jóga pro hudebníky*

V teoretické části svého příspěvku nám klavíristka a klavírní pedagožka předloží výsledky svého výzkumu vlivu jógy na klavíristy, který realizovala na přelomu minulého roku. Ve druhé části nabídne praktický vhled do workshopů jógy pořádaných pro studenty hudby a jejich pedagogy.

sobota  
**11. –**  
listopad  
2023



**koncertní sál ZUŠ Charlotty Masarykové  
Vokovická 32/3, Praha 6**