

ein Ton

Ausgabe Januar 2021

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Sängerinnen und Sänger der Marienkantorei und des Marien Vokalensembles, liebe Leserinnen und Leser,

wir wünschen einen guten Jahresbeginn! Ja, die letzte Ausgabe unseres Newsletter liegt weit zurück. Vieles mussten, der Corona-Pandemie geschuldet, die Musikerinnen und Musiker auch in der historischen Mitte Berlins in 2020 erdulden, aushalten und vermissen. Mimik und Gestik wurde zur Mangelware und wir merken, wie wir darauf angewiesen sind, um uns damit weiterzuentwickeln. Seither wird viel diskutiert, weil es viel zu erklären, zu verstehen und zu lösen gibt. Und es gab Etliches zu lernen. So bspw., dass wir innerhalb von 6 Stunden bis zu ca. 500 keimbeladene Partikel pro Liter Atemluft produzieren können, welche dann durch Tröpfcheninfektionen übertragbar sind. Diese Tröpfchen haben einen Durchmesser von weniger als 5 Mikrometer, also ohne technische Hilfsmittel nicht sichtbar. In der Didaktik wurde für uns wiederholt, dass sie im Husten- oder Niesvorgang so groß sein können, dass sie auf der Haut spürbar sind. Es galt, die Risikoreduktion im Bereich der aktiven Musikausübung zu erlernen.



<https://www.br.de/presse/inhalt/pressemitteilungen/aerosol-studie-chor-100.html>

Es entstanden Berechnungstools als Excel-Tabellen. Zum Gesang: Tröpfchen sinken aufgrund ihrer Größe und ihres Gewichts

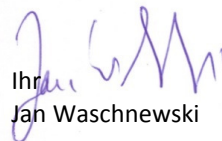
rasch zu Boden. Sie erreichen eine Distanz von max. 1 Meter - hierauf gründet sich die Abstandsregel von 1,5 Meter in Alltagssituationen. Bei den Bamberger Symphonikern leitete man Kunstnebel vor den Mund der Sänger*Innen. Bei der Messung der Luftgeschwindigkeit durch Sensoren im Abstand von 2 Metern vom Singenden konnte keine Luftbewegung gemessen werden. Somit wird dieser Abstand als Sicherheitsabstand angesehen. Mehrere wissenschaftliche Arbeitsgruppen blieben dabei - eine durch das Singen veränderte Aerosolbildung und -ausbreitung bleibt weiterhin schwer einzuschätzen. Und zum Blasinstrument? Dort empfiehlt sich, solange keine klareren Ergebnisse vorliegen, ein Schutz aus einem dicht gewebtem Seidentuch vor dem Schalltrichter, auch Ploppschutz genannt, etc., etc., etc..

Viele, die der Kunst verbunden sind und sie pflegen, erleben Ohnmacht, auch Angst und auch Depression. Mir geht es selbst kaum anders.

Auch seitens des Vereins wünschen wir uns, dass die Pandemie hoffentlich bald beherrschbar wird.

Mit unserem aktuellen Newsletter gestatten wir uns einen Blick zurück und mit einem Interview mit der Stimmbildnerin Heike Hanus einen nach vorn und wünschen Ihnen und Ihren Lieben einen guten Jahresauftakt.

Ihnen viel Spaß beim Lesen.



Ihr
Jan Waschnewski

Vorstandsvorsitzender
Musik aus Berlins historischer Mitte e.V.

Interview mit Heike Hanus - Atem- und Stimmbildnerin

Liebe Heike, wir sprechen heute mit dem Eintritt in das Jahr 2021 miteinander und freuen uns, dass Du, trotzdem die Corona-Pandemie so auch den singend Musizierenden sehr zu schaffen macht, sehr viel zu tun hast.

Danke, dass Du für unser Interview Zeit finden konntest.

Auch wenn viele das vergangene Jahr am liebsten abhaken möchten, gestatte beginnend dennoch den Rückblick, was Du gewonnen hattest, während der bisherigen Corona-Pandemie ?

Mehreres! Zum einen die viele Zeit zusammen mit meinem Mann und den Kindern. Zeit, Ihnen Aufmerksamkeit zu schenken, zu beobachten, nachzufragen und zu besprechen. Zum anderen habe ich nach Möglichkeiten und Formen gesucht, um arbeiten zu können. Gesangsunterricht ist immer persönlich und es ist interessant herauszufinden, wie viel persönliches in einem Zoom-Meeting steckt, was sich überträgt und was nicht. Ich habe das sogar als eine Form von Freiheit erlebt – gezwungenermaßen neue Wege zu gehen und zu schauen, wohin sie führen. Eine Form von Freiheit also, die sonst im Alltag weniger möglich ist.



Hast Du Dir für 2021 etwas vorgenommen?

Nein.

Bevor ich Dich über die "Singstimme" ausfragen darf, seit wann gibst Du eigentlich Stimmbildungsunterricht und wie lautet der Ausbildungsberuf dazu?

In Leipzig aufgewachsen habe ich mit 14 zum ersten Mal öffentlich gesungen. Über den „Arbeitskreis Chanson“ entdeckt, und gefördert kam ich schließlich zum Gesangsstudium an der Hochschule für Musik in Leipzig. Zu dieser Zeit bin ich mit meiner Band durchs Land gefahren. Um meinen Lebensunterhalt zu verdienen, studierte ich parallel zum Gesang noch Gesangspädagogik. Das hat mir sehr geholfen, denn eigentlich habe ich erst durch meine Schüler gelernt, richtig zu singen, denn sehr schnell wurde klar: was ich nicht selber kann, das kann ich nicht erklären. Schon als Studentin habe ich an Theater- und Musical-Produktionen mitgearbeitet. Später habe ich noch eine Ausbildung zur Atem- und Leibpädagogin bei Ilse Middendorf gemacht. Ich arbeite jetzt schon mehr als 30 Jahre als Stimmbildnerin.

Ich hatte übrigens selbst mal eine Übungsstunde bei Dir - im Ergebnis wurde zu meiner Überraschung, ja, fast eher meiner Enttäuschung, wenn ich das zugeben darf, vielmehr auf die Atmung Wert gelegt. Wofür spielt Atemtechnik diese Rolle?

Wir benötigen unsere Atmung in erster Linie zur Lebenserhaltung. Dabei weitet sich unser Körper im Einatmen dreidimensional und schwingt in die Ausgangsposition zurück, wenn wir ausatmen. Auf diese Weise entsteht in uns ein Resonanzraum - als Sänger unser Instrument! Zu allererst geht es mir also darum, die Atmung so weit erlebbar werden zu lassen, dass ich

sie bewußt und gezielt für die Tongebung nutzen kann.

Unser Atem reagiert sehr sensibel und differenziert auf unser alltägliches Leben. Ich atme anders, wenn ich gestresst und unruhig bin, als wenn ich ausgeruht und fröhlich bin. Oft unterscheidet sich mein Atem morgens von dem am Abend und so weiter... Im Unterricht setzen wir bei den jeweiligen Gegebenheiten an und bewirken durch unterschiedliche Übungen eine Optimierung des Atemraumes. So entsteht die Erfahrung: Was muss ich in welcher Situation üben, um mich meiner Tagesform entsprechend optimal auf meine Probe oder eine Konzertaufführung vorzubereiten.

Man kann also sagen, mit der Arbeit am Atem erschaffe ich mein 'Instrument' und mit den Stimmübungen spiele ich dann darauf.

Im Grunde genommen kehren wir mit den Atemübungen zu einem Ursprungszustand zurück. Jeder Mensch wird mit einer dreidimensionalen Vollatmung geboren. Deshalb finden wir kein Baby, das sich heiser schreit.

Atem und Stimme koppeln von Natur aus optimal. Im Laufe unseres Lebens und vor allem unserer Zivilisierung verlernen wir oft das Atmen in drei Richtungen und in alle Atemräume. Hier setzt die Atemarbeit nach Middendorf an.

Auf der Grundlage der gesunden Vollatmung beginnen wir nun im Unterricht die Funktion von Zwerchfell, Beckenboden und Gaumensegel zu erarbeiten und zu trainieren. Wir schauen nach dem Stimmbandschluß und der Artikulation. Durch Training und regelmäßiges Üben zu Hause automatisieren wir Stimmabläufe und konditionieren die Atem- und Stimmuskulatur.

Und wenn man das können will oder wie-der erlangt hat, spielt unser Alter dann auch eine Rolle ...

Atem und Stimme sind in jedem Alter trainierbar.

Für eine junge Stimme ist es sicherlich einfacher, die nötige Gesangsspannung aufzubauen und mögliche Fehlbelastungen wegzustecken. Allerdings wirken sich Stimmfehler auch deutlich substantieller aus, als bei Stimmbändern, die voll ausgebildet sind.



Mit zunehmendem Alter brauchen wir – wie übrigens in allen körperlichen Betätigungen – regelmäßiges Training, um beispielsweise Muskelspannung und Beweglichkeit aufrecht zu erhalten.

Mich hat immer sehr beeindruckt, wie besonders alte Schauspieler sich ausgiebig und sehr differenziert auf ihre Auftritte vorbereitet haben. Ihre große Erfahrung bestand also nicht darin, sich weniger vorbereiten zu müssen, als vielmehr darin, genau zu wissen, was man tun muss.

So bringe ich also als Mann oder als Frau mit Ende 30 schöner klingende Töne hervor als mit Mitte 20 oder betrifft das eher den Tonumfang ?

Im Verlauf des Lebens nehmen unsere Hormone stets Einfluss auf unsere Stimme und verändern sie. Tonumfänge nehmen zu und ab, die Stimmbänder schließen mehr oder weniger gut und die Schwellfähigkeit der Stimme verändert sich. Es gibt schon eine Art Höhepunkt der Gesangsqualität, also Tonumfang und Tonvolumen.



Dieser liegt bei Frauen bei Mitte Dreißig und bei Männern bei Anfang Vierzig. Eine gute und konditionierte Atem- und Stimmtechnik gibt uns aber die Möglichkeit, Defizite und Fehlbelastungen frühzeitig zu erkennen, zu bearbeiten und so die Stimme sehr lange gesund und leistungsstark zu erhalten.

Aus einem bewegten Leib kommt eine bewegte Stimme. Atem bewegt!

Was würdest Du als Erstes empfehlen?

Wichtiger Grundsatz: Aus einem bewegten Leib kommt eine bewegte Stimme. Atem bewegt! Mein Körper wird weit im Einatmen und im Ausatmen werden meine Körperwände wieder schmal. Ganz simpel betrifft das bspw. bei den wöchentlichen Gesangsproben das Sitzen vorne auf der Stuhlkante. Ich sitze so weit vorn auf dem Stuhl, um frei schwingen zu können. Nun kann sich der Atem besser nach vorn und hinten, rechts und links und nach oben und unten ausbreiten. Ein dreidimensionaler Atemraum entsteht, der mich aufrecht hält.

Beckenboden, Zwerchfell und Gaumensegel stehen in einer Achse. Ich bin bereit und kann beginnen zu singen.

Das mit der Stuhlkante hört man von aufmerksamen Chorleitern gegenüber Laienchören oft.

Und dann solle man mit kleinen Glottis singen. Stimmt es Heike, wenn wie im Sport, ein bestimmtes Alter erreicht wird,

geht ein bestimmtes Leistungsspektrum nicht mehr ?

Viele Stimmen werden im Alter tiefer. Veränderungen an Stimmlippen, an Muskulatur und an Bindegewebe führen zu Veränderungen der Spannungsfähigkeit und des Stimmklangs. In vielen Fällen führt das zu Tonreduktion oder zu schlecht schließenden Stimmlippen während der Tongebung. Die Tragfähigkeit sowie die Veränderung der Stimmqualität wird gemindert und es kann zu unregelmäßigen Störungen der Intonation führen, siehe das sog. Alterstremolo. Die Tonhaltedauer wird kürzer, vor allem beim Halten von Vokalen. Diese Vorgänge sind natürlich und entsprechen unserer Biologie. Trotzdem kann man mit gezielten, individualisierten und vor allem regelmäßigen Übeinheiten gegensteuern.

Welche Übungen und Entwicklungen im Üben der Gesangsstimme gab oder gibt es eigentlich ? Und welche davon lehrst Du ?

Früher lag der Fokus auf der Muskulatur des Brustkorbes und dem Zwerchfell. Mit den Kenntnissen von heute wissen wir um die Bedeutung des Beckenbodens für Atem und Stimme. In alten Bildaufnahmen von Sängern sehen wir oft eine sehr unbewegliche und steife Körperhaltung. Heute wissen wir viel mehr über das Zusammenspiel von Muskeln, Bändern, Bindegewebe und Faszien. Wir entwickeln also viel mehr in Richtung einer Ganzkörperwahrnehmung.

Heike, mal angenommen eine Stimme ist angenehm aber nicht kräftig - was wäre da zu üben / zu trainieren ? Und wie vor allem ? (Wie oft? Wie lange? Wann merkt man den Erfolg? Merkt man den selbst überhaupt?)

Das ist naturgegeben sehr individuell und daher durch einzelnen Stimmbildungsunterricht zu erarbeiten.

Schon ganz kleine Interventionen sind oft sehr hilfreich. Einige Vorschläge sind:

- Spüre mehrmals am Tag bewusst, aber ohne zu verändern deinen Atem (wohin geht er, wo bewegt er dich)
- verändere deine Haltung so, dass der Atem sich besser ausbreiten kann
- lass nun den Einatem ganz von allein kommen und lass den Ausatem auf einen Vokal gehen (versuche dabei so lange wie möglich auszuatmen)
- übe mehrmals am Tag kurze Abschnitte, das fällt leichter
- nutze Leerzeiten! Den Atem bewusst wahrnehmen kann man in der U-Bahn, in der Warteschlange oder auf dem Fahrrad



Vielleicht merkst du schon nach 14 Tagen kontinuierlichem Üben, dass du nach der Chorprobe kein Kratzen mehr im Hals wahrnimmst, oder dass du im Gesangsstück nicht mehr so oft zwischenatmen musst ...

*Gibt es eigentlich eine Gesangsstimme (Interpret*In), die Dich enorm anrührt - vielleicht sogar zu Tränen rührt ? Matthias Görne ? oder Sebastian Bluth ? oder Christina Roterberg ? oder ...*

Meine Favoriten sind June Tabor und Leonhard Cohen. Beide verfolge ich seit vielen Jahren, kenne die Stimmen als junge Stimme und auch als jetzt alte

Stimme. Zu jeder Zeit habe ich ihre Stimme als authentisch und im JETZT erlebt. Wunderbar – dieses Fenster zu einer anderen Person. Und ja, weil ich aus der Unterhaltungsmusik komme stehe ich auch auf raue Stimmen.

Wie oft nehmen eigentlich Profis, also Gesangssolisten, Stimmbildungsunterricht in Anspruch ?

Je nach Situation und Bedarf. Wirklich ganz unterschiedlich. Sind sie in einer Nebensaison für 2-3 Monate verfügbar, oder sind sie gerade nur für 3 Tage in der Stadt. Oft entstehen projektbezogenen Zeiten sehr intensiver Zusammenarbeit, dann wieder müssen längere Zeiträume ohne Unterricht überbrückt werden.

Vier Ohren hören mehr als zwei.

Manchmal ist der Unterricht dann Retter in der Not und verhindert Schlimmeres für die Stimmbänder, ein andermal können wir sehr langfristig und gezielt auf ein bestimmtes Projekt vorbereiten. Ich mag diese unterschiedlichen Arbeitssituationen.

... was könnte/sollte man von ihnen lernen dürfen ?

Eigentlich haben alle professionellen Sänger*Innen niemals gemeint "sie könnten es". Immer gibt es den Anspruch an sich zu arbeiten. Und sie sind richtigerweise der Auffassung "vier Ohren hören mehr als zwei".

Liebe Heike, wie bekommst Du eigentlich Feedback von denen, die Du tagtäglich unterrichtest? Bzw. woher weißt Du, ob und woran noch zu arbeiten ist ?

Also oftmals gehe ich mit in die Konzerte, um zu sehen bzw. zu hören, wie sie und ihre Stimme auf das Publikum wirken.

Auch hängt es von den Räumen, also deren Größe und Akustik ab, die sie zu besingen haben. Das eine, was bei mir am Klavier funktioniert, hat nicht die gleichen Parameter wie auf der Bühne. Auch Aufregung und Beleuchtung haben Einfluss. Im Konzert kann ich schauen, was vom Unterricht ist schon umgesetzt und worauf greift sie/er noch nicht zurück. Letztlich muss ja das Erlernte automatisiert sein, also es muss nicht mehr gedacht werden, was zu beachten ist, sondern es ist automatisiert. Bei Sprechern von Radio und Fernsehen, lasse ich mir Mitschnitte zusenden und wir bereiten jeden Beitrag noch einmal nach.

Die beste Rückkopplung ist immer, ob die Stimme gesund bleibt.

Gibt es eigentlich eine Art Arbeitsethik ?

Ich biete jedem interessierten einen Stimmtest an. Ich beschreibe was ich höre, wo ich Handlungsbedarf sehe und bestimme das Arbeitsfeld aus meiner Sicht. Decken sich meine Vorschläge mit den Vorstellungen der interessierten Sänger und sehe ich die Bereitschaft daran zu arbeiten gibt es eine gute Grundlage für eine gemeinsame Arbeit.

Heike, die Kantorin der MK, Marie-Louise Schneider versucht aktuell mit wöchentlichen ZOOM-Meetings entgegen der Corona-Pandemie die Stimmen der Sängerinnen und Sänger halbwegs in Übung zu halten. Hast Du Tipps, wie man seine Stimme gesund und geschmeidig hält ? - schließlich wird es den Tag nach 'Corona' ja mal geben.

Falls Du auf den Korken zwischen den Zähnen anspielst, so ist es für den MundInnenraum doch besser zu Gähnen. Ansonsten gilt:

- 1.) den Atem kommen lassen und den Atem auch wieder gehen lassen - sich die Atembewegung bewusst machen.
- 2.) Lachen und Gähnen als Zwerchfelltraining und
- 3.) das Lippentrommeln als Atemführung (bprprprprrrrr) in Form eines Glissando - von tief nach hoch und von hoch nach tief. Das löst die tieferen Muskelschichten. Und es ist kein Hocker, auch kein Klavier erforderlich !
- 4.) den Ausatem solange führen, wie es mir möglich ist, das trainiert die Atemmuskulatur und wenn man einen ganz bequemen Ton hinzunimmt, bspw. ein tieferes ssssssss, trainieren wir die Stimmuskulatur gleich mit. Das kann man jeden Tag tun. Auf der Straße. Im Anfangsbereich des Joggens. Im Auto. Eigentlich überall. Auch auf dem fußläufigen Arbeitsweg, ein Ausatmen von der einen Straßenecke zur andern.



... und vielleicht auch einen Tipp, sich zu motivieren - gerade jetzt inmitten des 'harten Lockdowns'. Sollte man da mehrmals am Tag 'hmm' sagen und dabei an etwas denken, an seine Liebesspeise ? (... und was macht ein 'hmm' in uns ?)

Man kann die Übung mit dem tieferen sssssss gut verbinden mit Dingen, die man gern macht. Bspw. man freut sich auf das Frühstück. So kann man schon alleine vor dem Frühstück ein Üben einbauen. Bei regelmäßigem Ausatmen auf dem Arbeitsweg motiviert es, wenn man merkt, man kommt nicht mehr nur bis Haustür Nr. 3 sondern bereits bis Nr. 5. Man hat

die Erfahrung, mein Ausatmen wird länger. Nicht mehr nur zwei Takte sondern bereits bis Nr. 5. Man hat die Erfahrung, mein Ausatmen wird länger. Nicht mehr nur zwei Takte sondern schon vier Takte.

Dein Üb-Erfolg wird eine objektive Erfahrung. Das motiviert.

Und nach einer Woche länger üben komme ich schon bis zur Nr. 7. Dein Üb-Erfolg wird eine objektive Erfahrung. Das motiviert.

Das 'hmmmm', also eine Art Summen wäre sehr gut, wenn es richtig gemacht wird. Summen ist gar nicht so leicht wie man gerne denkt. Wichtig ist ein Ton aus dem Brustkorb, nicht aus der Halsgegend oder gar aus dem Kopf. Richtig ist, wenn man ein weiches hmmm summt. Dann vibrieren die Stimmbänder. Der Schleim löst sich. Falsch ist, wenn man ein hartes hmmm summt, ähnlich wie wenn man ein Maschinengeräusch nachmacht. Das Summen ist also eine wertvolle Übung, die ich jedoch erst erarbeite und dann meinen Schülern mit nach Hause gebe.

Ein Gähnen mit Ton wäre hier ein besserer Tipp, denn da ist der Ton bereits mit enthalten.

Zum Schluss noch eine Frage. In der MK ist es üblich, dass alle 80 Sängerinnen und Sänger innerhalb von zwei Jahren der Kantorin einmal vorsingen müssen. Das wird sicher in vielen Chören so sein und es ist sicher ein sehr wichtiges Instrumentarium, gerade auch für das direkte Feedback. Hierüber wirst Du von MLS ja sicher auch empfohlen, wenn es der Entwicklung der Stimme oder der Gesangsfreude dient. Wie empfindest Du die zu Unterrichten, also diejenigen, die sich um Entwicklung und Lösungen bemühen ?

Zu mir kommen Menschen aller Altersgruppen. Ich denke schon, dass für viele

das Vorsingen / Vorsingen müssen auch angstbeladen sein kann. Das ist normal und würde sicher vielen Menschen so gehen. Ich glaube, dass die Sänger*Innen, welche aus der MarienKantorei zu mir kommen, schnell erfahren, dass ich sie nicht kritisieren möchte und ihnen die Erarbeitung einer auf sie angepassten Gesangstechnik hilft, sich im Chor einzubringen, mitmachen zu können und mithalten zu können.

Das zu erkennen, darin liegt gleichwohl auch die Motivation. Für viele von ihnen steigt im Übrigen mit dem Stimmtraining auch das Wohlbefinden, die Fitness. Das spüren die Leute auch. Sie spiegeln mir zurück, wie erfüllend die Unterrichtseinheiten sind. Wenn es gelingt Atemfunktions durch Übungen bewusst zu machen und zum positiven zu verändern trägt das wesentlich zur Gesunderhaltung bis ins hohe Alter bei.

Was die Klangqualität der MarienKantorei angeht, so hilft die Stimmbildung zum einen mitzuhalten und zum anderen auch zu erkennen, ob dieses Material, diese Art der Ausführung leistbar ist/oder wird. Ich weiß, was ich kann und kann selber entscheiden. Auch das mindert die Angst vor dem Vorsingen.

Viele geben mir zurück: "Wenn ich gewusst hätte, dass Gesangsunterricht so leicht ist, hätte ich viel früher angefangen." Als Atemtherapeutin und Stimmbildnerin ist es mir eine Freude Menschen auf diesem Weg zu begleiten. Es ist wunderbar zu hören, wenn sich eine Person ganz in ihre Stimme geben kann. Völlig unabhängig vom Alter.

Das Gespräch führte Jan Waschnewski.

Die Kontaktdaten für Frau Heike Hanus

--> eMail:

heikehanus@atem-und-stimmbildung.de

Vereinsinformationen

Nachtrag zum 10-jährigen Bestehen

Hier sei der eingangs erwähnte Rückblick gestattet, das 10-jährige Bestehen des Vereins im Jahr 2019. Die Mitglieder wurden anlässlich des Jubiläums vom Vorstand zu einer Exklusivführung auf den wieder neu errichteten Kirchturm der Parochialkirche eingeladen.

Hier ausgewählte Impressionen:



Vereinsmitglieder auf dem Glockengeschoss



Blick in eine Auswahl der 52 Bronzeglocken

Im Jahre 1717 waren es 37 Bronzeglocken - ein Geschenk von König Friedrich Wilhelm I. von Preußen. Die Parochialkirche war übrigens das erste Gotteshaus, das eigens für die Anhänger der *reformierten Kirche* gebaut wurde (1695). Von der Zeit des ersten Glockenspiels bis zum Jahr 1944 gab es immer einen Glockenspieler. Seit 2016 steht er wieder, der neue Turm samt Glockenspiel. Dann, am 'Tag des offenen Denkmals', im September 2019, gab es ein Glockenspiel-Konzert, ein Gastspiel von dem Carillonneur Jan Verheyen aus Belgien. Wer so ein Glocken-Konzert

einmal erlebt, wird ganz sicher bewegt sein.



Grußworte u. Einführung durch Pfarrer E. Haußmann



Demonstration am Stockspieltisch durch Kirchenmusikdirektorin M.-L. Schneider

Wir möchten uns hier nochmals ganz herzlich bei Pfr. Eric Haußmann für die ausgesprochen interessante Vermittlung seines profunden Fachwissens zu Kirchturm und der 'Singuhr' bedanken.

Mit den besten Wünschen vor allem für ein musikalisches Jahr 2021 in Berlins historischer Mitte verbleiben wir

Ihr/Euer Vorstand

Impressum:

Redaktion:

J. Waschnewski, C. Kissig

Der Newsletter *ein TON* erscheint ein bis zwei Mal jährlich und wird herausgegeben vom Verein *Musik aus Berlins historischer Mitte e.V.*