



Probenplan / Auftritte Januar - Juli 2024

Pfarrzentrum Gommiswald jeweils um 20.00 Uhr

Montag, 1. Januar 2024

19.00 Uhr/Neujahrsgottesdienst Gommiswald

(Vorprobe nach Ansage) – anschliessend Neujahrs-Apéro im Pfarrzentrum

Freitag, 12. Januar

erste Probe 2024

Freitag, 19. Januar

Freitag, 26. Januar

Freitag, 2. Februar

Sonntag, 4. Februar

**17.00 Uhr/Lichtmess-Gottesdienst Rieden (Familien-GD)
(Vorprobe 16.00 Uhr)**

Mittwoch, 7. Februar

Ersatz für FR 09.02.23 (Fasnacht Gommiswald)

Freitag, 16. Februar

Freitag, 23. Februar

Freitag, 1. März

Freitag, 8. März

Freitag, 15. März

Samstag, 16. März

18.30 Uhr Hauptversammlung-Sunnästübä Rieden

Freitag, 22. März

Sonntag, 24. März

**09.00 Uhr G & 10.30 Uhr R/Palmsonntagsgottesdienste
(Vorprobe nach Ansage)**

Freitag, 29. März

keine Probe (Karfreitag)

Freitag, 5. April

Freitag, 12. & 19. April

keine Probe (Frühlingsferien)

Freitag, 26. April

Probenplan / Auftritte Januar - Juli 2024

Freitag, 3. Mai

Freitag, 10. Mai (FR nach Auffahrt)

Freitag, 17. Mai

Freitag, 24. Mai

Freitag, 31. Mai

Freitag, 7. Juni

Freitag, 14. Juni

Freitag, 21. Juni **Hauptprobe in der Kirche**

Sonntag, 23. Juni **10.30 Uhr/Gottesdienst Patrozinium St. Jakobus Gommiswald
(Vorprobe nach Ansage)**

Freitag, 28. Juni letzte Probe vor den Sommerferien – gemütlicher Höck geplant



Erste Probe nach Sommerferien → Freitag, 9. August 2024

Vereinsreise 2024 SA/SO 07./08. September 2024

Gewusst?

Beim Singen wird auf natürliche Weise die Zwerchfell-Atmung aktiviert, was die Entspannung fördert.

Wer singt und dabei einen Ton hält, verlängert die Zeit des Ausatmens. Je nachdem, ob man ein schnelles oder langsames Stück singt, variiert zudem die Zeit des Einatmens. Diese tiefe Atmung führt dazu, dass auch die unteren Teile der Lunge, die Lungenbasen, gut belüftet werden. Zudem stärkt Singen das Immunsystem und fördert positive Gefühle. (Quelle: Lungenliga Schweiz)

Probenplan ist auch auf der Homepage der SE Obersee ersichtlich:
<https://www.kath-obersee.ch/index.php/vereine-gruppierungen/kirchenchor>

