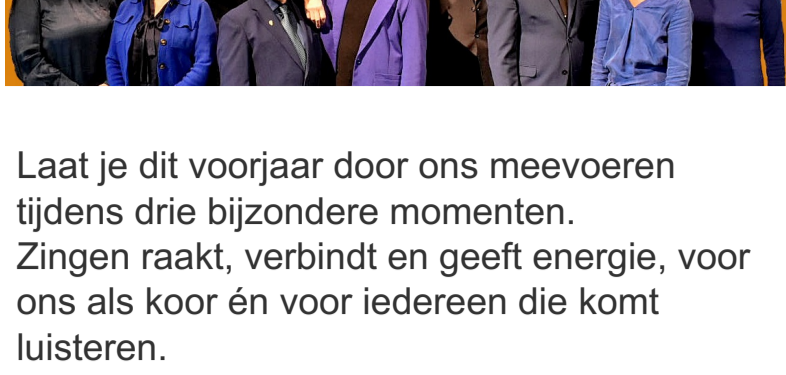


Ziet u de nieuwsbrief niet in zijn geheel:
[bekijk de webversie](#)

Nieuwsbrief Leiderdorps Kamerkoor

Leiderdorps **KAMER**
KOOR

Zing de lente in! Drie sfeervolle optredens



Laat je dit voorjaar door ons meevoeren tijdens drie bijzondere momenten. Zingen raakt, verbindt en geeft energie, voor ons als koor én voor iedereen die komt luisteren.

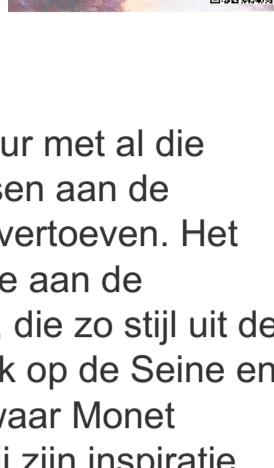
We berichten over onze concerten in maart en mei. We verwelkomen graag nieuwe (project)leden en geven 7 redenen waarom zingen überhaupt goed is om te doen.

L 'Impression

Vrijdag 9 mei 2025
Aanvang: 20.15 uur

Dorpskerk Leiderdorp
Hoofdstraat 19,
Leiderdorp.

Onder leiding van onze dirigent Johannes Gierl nemen wij u graag mee in Franse sferen.



De smalle straatjes van Honfleur met al die kleine restaurantjes, de terrassen aan de haven waar je zo heerlijk kunt vertoeven. Het zicht op de haven van Le Havre aan de overkant. De kusten bij Étretat, die zo stijl uit de zee naar boven reiken. Een blik op de Seine en de tuinen van Giverny. Dat is waar Monet gelopen moet hebben. Waar hij zijn inspiratie vandaan haalde voor zijn talloze impressionistische schilderijen.

Met Monet op de achtergrond, die ons de sfeer van Frankrijk doet proeven, neemt het Leiderdorps Kamerkoor u mee in voorzichtig zomerse sferen van Frankrijk.

We laten u genieten van talloze Franse componisten. Zo verschillend van sfeer, waardoor deze avond heel divers zal zijn. Wij zingen lieflijke muziek van Charles Gounod over het land waar de sinaasappelbomen bloeien, het land van het gouden fruit en prachtige rozen. Ooit weleens sinaasappelbloesem geroken? Een zoete zweem waart door de straten.

Ook hoort u een liefdeslied van Reynaldo Hahn, waarin Chloris' geliefde zich gelukkiger voelt in de liefde dan meerdere koningen bij elkaar. Als een glimp van de hemel, zo voelt het!

De 'grapjes' van Jean Absil met zijn 'Bestiaire', waarin 5 dieren tot leven worden gewekt, komen ook voorbij. We verklappen nog niets. Het leukste is als u kunt raden om welke dieren het gaat!

Dit is nog maar een glimp. Uiteraard mogen Debussy, Poulenc en Saint-Saens niet ontbreken.

Van harte aanbevolen om op 9 mei met ons de Franse sfeer te proeven.

De kaartverkoop is gestart!



De kaartverkoop voor het concert op 9 mei 2025 is gestart.

U kunt de QR code scannen of via bijgaand link te kaarten bestellen.

[Bestel hier uw kaarten](#)

Renaissance concert en workshop

Zaterdag 15 maart 2025
Aanvang: 14.00 uur

ZIMIHC Theater Zuilen
Prins Christinaaan 1
554 JL Utrecht



Op uitnodiging van de Vereniging Toonkunst Nederland mogen we renaissance muziek ten gehore brengen. Een herneming van ons concert van afgelopen november, maar nu in een wat ander jasje.

Ook nu is het thema de muzikale ontwikkeling van Renaissance koormuziek van

Middeleeuwen tot Barok, dus van de 14^e tot de 17^e eeuw. Echter, in deze versie zingen we het programma in chronologische volgorde, en worden gedurende het concert de verschillende stijperiodes, met hun typische kenmerken, bijbehorende componisten en composities beknopt toegelicht.

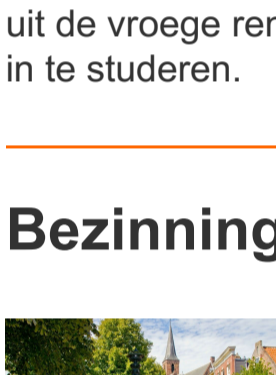
Renaissance koormuziek wordt gedomineerd door componisten uit de Nederlanden:

Nederland, Vlaanderen en Noord Frankrijk, maar er is ook uitwisseling met Engeland en Italië. Onze selectie van werken is dan ook navenant. Wel hebben we vermeden om stukken op te nemen uit de 'nabloei' van de Renaissance (*seconda prattica*), die eigenlijk al grotendeels barok in stijl zijn. Dit ook om te focussen op de ons minder vertrouwde stijlen van componeren.

Het wordt een programma van ruim een uur, onderbroken door een pauze.

We besluiten met een beknopte workshop waarin we met het publiek een 2-stemmig stuk uit de vroege renaissance (14^e eeuw) proberen in te studeren.

Bezinning en zang



Cantatedienst
Zondag 30 maart 2025
Aanvang: 10.00 uur

Dorpskerk Wassenaar
Plein 3, Wassenaar

Cantatediensten, een kerkdienst waar koorzang een grote rol speelt, zijn een traditie in deze kerk.

Wij zijn al jaren vaste gast voor deze cantatediensten in Wassenaar.

Dit keer zullen we prachtige werken ten gehore brengen van Poulenc, Gesualdo, Sweelinck en Leontaritis.

De kerk zelf is prachtig! Dateert deels uit het begin van de 12^{de} eeuw. De kerk ligt aan het dorpsplein naast het Baljuwhuis uit circa 1745, waarachter het Baljuwbos ligt met slingerpaden uit de late 18^{de} eeuw. Een bezoekje waard dus.

In de noordgevel van de kerk zijn nog de sporen te zien van het oorspronkelijke, in tufsteen gebouwde kerkje uit ongeveer 1100. De rest van de kerk dateert uit ongeveer 1450.

Het Baljuwhuis werd tussen 1742 en 1745 gebouwd door Joan van Gybelant. Hij was in dienst bij de heer van Wassenaar als baljuw en rentmeester. Een baljuw was een ambtenaar die tijdens het *ancien régime* (woordolude in sommige gebieden) de vorst vertegenwoordigde.

Later woonde de burgemeester in dit huis en de huisarts. Tot op heden is het nog steeds een woonhuis.

7 redenen waarom samen zingen gezond is



1. Enorme energieboost.

Zingen stimuleert de aanmaak van endorfines en dopamine waardoor je je energiever en blijer voelt. Je komt verkwikt van een repetitie vandaan. Als je je futloos voelt, ga dan zingen en je voelt je meteen energiever.

2. Versterken van je zelfvertrouwen.

Je leert hoe je je stem kan gebruiken en hoe houding daarbij helpt. Zo wordt je stem steeds krachtiger, durf je jezelf meer te uiten. Je laat zien én horen wie jij bent.

3. Stress verlagend, los van de waan van de dag.

Door zingen help je je lichaam om minder cortisol (stresshormoon) en meer endorfines aan te maken waardoor je je gelukkiger voelt. En tijdens het zingen ben je door de hoge concentratie alleen maar bezig zijn met zingen. Hoe fijn is dat!

4. Adem als een pro: de basis van krachtig zingen.

Je leert veel dieper te ademen dan alleen via de borstademhaling. Een diepere ademhaling geeft meer ontspanning. Het diafragma is een van de belangrijkste spieren bij zingen. Het helpt bij een gecontroleerde ademhaling en zorgt voor een stabiele luchtstroom. Ook de tussenribspieren en buikspieren werken mee om je ademhaling te ondersteunen. Verder vergroot je ook nog eens je longcapaciteit.

5. Full-body workout.

Je weet niet half zoveel spieren er meedoen als je zingt. Naast diafragma en ademhalingsspieren gebruik je keel- en strottenhoofdsspieren. Zij regelen de spanning op je stembanden, wat invloed heeft op toonhoogte en klankkleur. Gezichtsspieren, de lippen, tong en kaakspieren, spelen een grote rol in articulatie en klankvorming. Houdingsspieren, rug, schouder- en nekspieren, ondersteunen een goede houding, wat essentieel is voor een vrije ademhaling en een open klank.

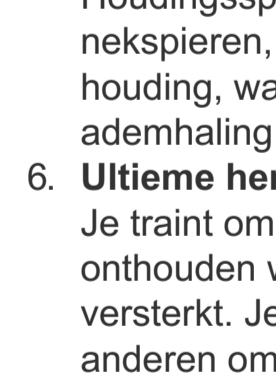
6. Ultieme hersentraining.

Je traint om melodieën te onthouden wat je cognitieve functies versterkt. Je bent je bewust van de anderen om je heen, je luistert naar hen om op af te stemmen en houdt timing bij. Dat vergt coördinatie en concentratie, wat je hersenen actief houdt.

7. Voel, zing, word muziek!

Je leert jezelf te presenteren en iets over te brengen. Als je je verdiept in het verhaal dat je zingt, de tekst, ga je heel anders zingen. Pas dan wordt het muziek. En jouw stem het instrument.

Zangplezier!



Houd je van zingen?
Wij zoeken sopranen en tenoren.

Houd jij ook zo van samen muziek maken? Van noten transformeren naar

prachtige melodiën? Wij zoeken enthousiaste, ervaren koorzangers die redelijk snel nieuwe muziek eigen kunnen maken.

Kom eens langs om een repetitie bij te wonen en sfeer te proeven. Je kunt ook auditie, **lijd** worden, maar komt uiteraard ook een **project** meezingen.

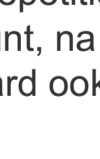
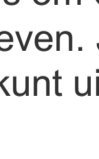
Van harte welkom!

[Neem contact met ons op](#) als je met ons mee wilt zingen!

Facebook en Instagram

Gedurende het hele jaar informeren we u niet alleen via onze nieuwsbrief maar ook via Facebook en Instagram.

Dus: **kom naar onze Facebook- en Instagram-pagina en volg onze berichten.**



Facebook Instagram

Word sponsor!

Uw steun is van essentieel belang.

We streven naar een zo hoog mogelijk muzikaal niveau, echter, dit kunnen we niet alleen bereiken.

De bijdragen van particulieren, fondsen en bedrijven zijn onmisbaar voor het koor om te kunnen investeren in de kwaliteit.

Vrienden en sponsors zijn van **harte welkom**. Voor sponsors hebben wij diverse exposure mogelijkheden. **Geïnteresseerd? Neem dan vrijblijvend [contact](#) met ons op.**

SPONSORS
GEZOCHT

In deze nieuwsbrief

Concertagenda

- Ons volgende concert "L'Impression"
- Kaartverkoop gestart!
- Renaissance concert en workshop
- Bezinning en zang
- 7 redenen om samen te zingen
- Kom meedoen als (project)lid!
- Facebook en Instagram
- Word sponsor!

Concertagenda

- 15 maart Vereniging Toonkunst Nederland Utrecht 14:00 uur
- 30 maart Cantatadienst Wassenaar 10:00 uur
- 9 mei L' impression Leiderdorp 20:15 uur
- 23 juni Fonds 1818 Bollenstreek 20:00 uur
- 13 december Kerstconcert regio Leiden 20:15 uur
- 22 december Fonds 1818 Kerstconcert

Vriend worden?

Het Leiderdorps Kamerkoor heeft Vrienden die ons steunen. Meer Vrienden zijn altijd welkom!

[Lees hoe u Vriend van ons kunt worden](#)

Deel onze informatie met uw relaties. U helpt ons nog meer door een gepost bericht te "liken" of een opmerking te plaatsen.



Facebook Instagram

[Concertagenda](#)

[Sponsors](#)

[Contact](#)

