



## WORKSHOPS HEALING DRUMS TrommelCafe 2011

Die Trommel-Workshops finden jeden Monat statt. Sie bilden eine Möglichkeit, Trommeln kennen zu lernen. Im wesentlichen arbeiten wir mit sogenannten Djembes – Trommeln aus Westafrika, welche unterstützt werden durch Doundouns – Basstrommeln derselben Herkunft. Um weitere Erfahrung mit Rhythmus und Klang zu machen, nutzen wir auch andere allgemein bekannte Perkussions-Instrumente.

### **Samstag 11:00 - 17:00 Workshop Trommeln EINSTEIGER (Fit & Gesund)**

19.02|19.03.|16.04.|14.05.|18.06.|16.07.| 20.08.|17.09.|15.10.|12.11|17.12.

Grund-Techniken, Spiel, Wohlbefinden, Trance, Kommunikation, schamanische Anwendung

### **Sonntag 15:00 - 18:00 Workshop Trommeln EINSTEIGER Afro**

20.02|20.03.|17.04.|15.05.|19.06.17|.07.|21.08.|18.09.|16.10.|13.11.|18.12.

Afrikanische Spielweise, Grund-Techniken, Djembe + Bässe, je nach Level

**SA EUR 55.- SO EUR 25.- beide Tage EUR 75.-**

**Informationen bei Günther 0676 35 10 630 Anmeldung [healingdrums@infofeld.net](mailto:healingdrums@infofeld.net)**

Jeder Tag ist einem der beiden folgenden Schwerpunkt gewidmet. Sollte die Mindest-Teilnehmer-Zahl von 5 Leuten nicht erreicht werden, so werden wir die beiden Tage auf einen zusammen legen. Dies wird rechtzeitig vor WS - Beginn bekannt gegeben.

#### Trommeln - Afrikanisch

"Die Faszination afrikanischer Musik erleben" (jedermann/frau)

- Trommeln macht Spaß und bringt Lebensfreude. Es fördert unser kreatives Potenzial führt uns zu unserer persönlichen Kraft. Trommeln ist ein Weg zu Wohlbefinden und Erfolg.

#### Trommeln – Entspannt und Gesund

„Den Rhythmus in unserem Leben entdecken“ (jedermann/frau)

- Trommeln öffnet unser Herz und erdet uns, sodass wir am Fluss des Lebens teilhaben und unser ganzes Potential zur Entfaltung bringen. Es vereint unsere linke und rechte Körper/Hirn-Hälfte zu Ganzheit, Gesundheit und Wohlbefinden.

**T R O M M E L N** – afrikanischer Tradition - ist ein komplexer Musikstil, der einfach zu erlernen ist, wenn sich Freude und Konsequenz im Spiel paaren. Sofort lässt uns Kreativität spielend Ziele erreichen. Trommeln zur Entwicklung : Lebenskraft + Dynamik + Freude

**H E I L W E I S E N** – schamanischer Tradition - ist eine wirkungsvolle Methode, die jeder schnell erlernt. Es ist ein Weg in die tiefen Geheimnisse des Lebens. Bereits die erste "Reise" verändert das Leben. Heilweisen zur Entfaltung: Lebensaufgabe +Potential + Freiheit