

Liebe Frau! Ich lade dich zu laufenden Rahmentrommelabenden für Frauen ins *Haus des Friedens* in Wien ein. Für diese Abende ist keinerlei musikalische Vorerfahrung nötig ❤️



Gemeinsam erkunden wir die reichhaltige, rhythmische Welt dieses wundervollen Instruments. Die Rahmentrommel ist eine der ältesten Trommeln der Welt und wurde ursprünglich vorwiegend von Frauen im rituellen Kontext gespielt. Spielerisch widmen wir uns verschiedenen Schlagtechniken mit den Händen und Schlägel, erwecken unser Rhythmusgefühl und lernen erste Rhythmen, singen und spielen.

Inhalt der Abende:

Die Geschichte der Rahmentrommel  
Körperzentrierte Rhythmusarbeit  
Stimme & Rhythmus  
Rhythmus als aktive Meditation

Bitte bring deine Rahmentrommel & Blumen für das Zentrum unseres Kreises. Eine Leihtrommel kann ich auf Anfrage gegen freie Spende gerne zur Verfügung stellen - bitte bei der Anmeldung bekanntgeben, wenn du eine benötigst. Anmeldungen unter: [cosmosvision@gmx.at](mailto:cosmosvision@gmx.at)

Termine vor dem Ramadan: (im April geht's dann weiter)

Mittwochs am 08/22 Jänner und 05/12/19 Februar  
Dauer: 19-20.30h

Finanzielle Investition: 1 Abend 25€ / 5er Block 110€  
(Sozial Tarif auf Anfrage möglich)

Ort: Haus des Friedens, Albrechtsberggasse 9/7, 1120 Wien

Ich freue mich auf eine wohltuende und stärkende gemeinsame rhythmische Zeit! *Sabine Johanna*

## Über Sabine Johanna

Meine perkussiven Wurzeln und Ausbildungen haben mich vor über 20 Jahren in die faszinierende westafrikanische Musik geführt, danach in die orientalische Rhythmik der Darabukka und Rahmentrommel und in den letzten Jahren in die heilsame Arbeit mit der "Trommel Medizin" nativer indigener Kulturen.

Als multimediale Kunsttherapeutin ist es mir ein besonderes Anliegen den spielerisch musikalischen Aspekt mit dem heilsamen und bewusstseinsfördernden zu verbinden und so die Magie der Trommel voll in die Entfaltung zu bringen.