



## **PULS-DRUMMING** **„Trommeln zum Eintauchen“**



Hiermit anerkenne ich die ImPuls-Anmeldebedingungen, melde mich verbindlich an für den Kurs „PULS-DRUMMING vom 21. August 2011 und bezahle die Kosten von Fr. 70.– vor Kursbeginn auf PC-Konto 60-80724-5 ein.

Name/Vorname

---

Strasse/Nr.

---

PLZ/Ort

---

Telefon/E-Mail

---

Datum/Unterschrift

---

**Sonntag, 21. August 2011**  
**mit Astrid Bosshard & Thomas Viehweger in Kriens / LU**

ImPuls ☎ Thomas Viehweger ☎ Schachenstrasse 15 ☎ 6010 Kriens  
Telefon 041 320 95 78 ☎ Fax 041 320 95 77 ☎ E-Mail [info@impuls-kurse.ch](mailto:info@impuls-kurse.ch)  
[www.impuls-kurse.ch](http://www.impuls-kurse.ch)

## Inhalt / Ziel

---

In vielen Schamanistischen Traditionen der Erde wird das pulsierende Trommeln genutzt um auf innere Reisen zu gehen. Besonders das Spiel in einer Frequenz von ungefähr 4 ½ Schlägen pro Sekunde wirkt sich günstig auf die Tiefenentspannung aus und kann in Teilen des Gehirns einen Theta-Zustand auslösen. Oft wird diese Erfahrung als Reinigung beschrieben.

Wir trommeln über einen Zeitraum von drei Stunden und wechseln ab zwischen Spielen und Hören. Ein Teil der Gruppe trommelt und ein Teil der Gruppe liegt. Gespielt wird auf indianischen Rahmentrommeln, welche zum Eintauchen einladen. Beim Spielen begegnen uns Synchronisation, Resonanz, Achtsamkeit und Fluss. Beim Liegen und Zuhören lassen wir uns tragen vom Pulsklang und stossen auf innere Bilder und Landschaften.

Am Schluss der Reise klingt das Erlebte in der Stille nach.  
Ein einfaches Nachtessen rundet das Treffen ab.

## Kursleitung

---

### Astrid Bosshard

Musik- und Bewegungspädagogin (Studium an der Universität Mozarteum, Abteilung Orff-Institut Salzburg) / Stellv. Leitung und Dozentin im Studiengang Musik und Bewegung an der Hochschule für Musik Basel / Senior TaKeTiNa®-Rhythmuspädagogin.

### Thomas Viehweger

Musikpädagoge SMPV / TaKeTiNa®-Rhythmuspädagoge / Musiker, Tänzer / Perkussionist in verschiedenen Bands / Rhythmus- und Perkussionslehrer seit 20 Jahren.

## Daten/Zeiten

---

Sonntag, 21. August 2011, 16 - ca. 21. Uhr

## Ort

---

ImPuls – Raum für Rhythmus & Bewegung, Alte Teiggi, Schachenstrasse 15, 6010 Kriens / LU

## TeilnehmerInnen

---

Angesprochen sind Menschen mit Erfahrung in Pulstrommeln, welche über einen längeren Zeitraum eintauchen möchten.

## Kosten

---

Fr. 70.—

## Mitbringen

---

Essensbeitrag für die «Teilete» nach dem Spielen und soweit vorhanden ein eigenes Instrument.

## Anmeldebedingungen

---

Anmeldeschluss ist der 10. August 2011.

Bitte schriftlich mit Talon an ImPuls und gleichzeitiger Einzahlung der Kurskosten auf PC-Konto 60-80724-5.