

DRUM CIRCLE

9 Benefits



steigert das
Wohlbefinden

fördert die
Entspannung

reduziert
Stress

LEBENSQUALITÄT

Weckt positive
Emotionen

stärkt das
Immunsystem

erhöht die
Resilienz

GESUNDEHEIT

schafft
Verbundenheit

entwickelt
Achtsamkeit

erzeugt
Glücksmomente

GEMEINSCHAFT

Rhythmus pur!

Wir verbinden & empowern Menschen!

Drum Circles & Rhythm Based Events mit Ricarda Raabe



- **Teambuilding** – Motivation, Teamgeist und Kooperation
für Teams, Firmen und Unternehmen
- **Empowerment** – Icebreaker, Kreativität und Aktivierung
für Kongresse, Fachtagungen und Konferenzen
- **Wellness** – Entspannung, Achtsamkeit und Resilienz
für Kliniken, Pflege- und Gesundheitseinrichtungen
- **Community** – Integration, Inklusion und Interaktion
für soziale Organisationen
- **Drum for Fun** – Entertainment, Gemeinschaft und jede Menge Spaß
für Feiern, Geburtstage und Jubiläen
- **Fortbildung** – (Inhouse)Schulungen, Trainings und Workshops
für Akademien und Bildungseinrichtungen



Ricarda Raabe

Diplom Sozialpädagogin
Drum Circle Facilitatorin
HealthRHYTHMS® Moderatorin
Viva Rhythm® Facilitatorin
NLP Practitioner

www.lust-auf-trommeln.de
raabe@lust-auf-trommeln.de
Tel: 030 707 11 628
Mobil: 0151 10052892



„Drumming is the simplest thing
that we can do to bring us together.“

Babatunde Olatunji