

## ● TERMIN & PREIS

Fr., 7.3., 18.30 h –

Mo., 10.3.25, 14.00 h

Kursgebühr 365 €

zuzüglich Vollpension

Ort/Anmeldung:

ZIST Penzberg Nr. 250332

## ● Hinweis

Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass eine finanzielle Unterstützung für Workshops zur Selbsterfahrung durch den *ZIST Förderverein e. V.* möglich ist. Bei Interesse schreiben Sie uns an: [verein@zist.de](mailto:verein@zist.de)

## ● Anreise nach ZIST

Anreise Informationen scannen:



Falls Sie ein Taxi benötigen:

Taxi Zanker: +49-8856-2270 oder +49-172-8307339

Taxi Murat: +49-8856-8690576 oder +49-176-31756445



**ZIST** ist ein Institut für persönliche und berufliche Fortbildung zur Entwicklung menschlicher Kompetenz durch Selbsterfahrung in Krisenhilfe, Wegbegleitung und Psychotherapie vor dem Hintergrund der Humanistischen Psychologie und ist zudem Sitz der *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

ZIST liegt in herrlicher Alleinlage im bayerischen Voralpenland in der Nähe von München.

## Das Programmangebot von ZIST umfasst



### SELBSTERFAHRUNG

- Workshops zur Selbsterfahrung in den Bereichen Persönliches Wachstum, Beziehungen, Gesundheit, Kreativität und Spiritualität.



### FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG

- Workshops zur Fortbildung und
- längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen in tiefenpsychologisch fundierten, potentialorientierten und Spiritualität integrierenden Verfahren.



### ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

- Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d) an der staatlich anerkannten *ZIST Akademie für Psychotherapie*.



### WEITERE ANGEBOTE

- Vorträge von namhaften Referenten und Dozenten (jeweils m/w/d).
- Schnuppertage.

## ZIST gemeinnützige GmbH

Zist 1 | 82377 Penzberg

E-Mail [info@zist.de](mailto:info@zist.de)

Telefon **+49-8856-93690**

[www.zist.de](http://www.zist.de) | [www.zist-akademie.de](http://www.zist-akademie.de) | Facebook



Sabine Bundschu

## WHEN THE DRUMMERS WERE WOMEN

Rahmentrommel- und Stimmworkshop für Frauen



SELBSTERFAHRUNG  
KREATIVITÄT

MÄRZ 2025

# WHEN THE DRUMMERS WERE WOMEN

## ● KURSBESCHREIBUNG

Der Titel des Workshops ist ein Zitat des gleichnamigen Buchs der amerikanischen Rahmentrommel Spezialistin Layne Redmond. In dieser *spirituellen Geschichte des Rhythmus* entdeckte sie, dass Trommeln ursprünglich die Domain der Frauen war.

Bereits 4300 v. Chr. gibt es zahlreiche Abbildungen von Priesterinnen und Gottheiten mit Rahmentrommeln. Sie ist eines der ältesten überlieferten Instrumente und wird auf der ganzen Welt gespielt. Pulsierend als schamanische Trommel mit Stick oder mit der feinen Fingertechnik bietet sie ein breites Klangspektrum und eignet sich besonders zum Begleiten der Stimme.

Dieser Workshop richtet sich an Frauen, die gerne an diese alte Tradition des gemeinsamen Trommelns und Singens anknüpfen und Neues entdecken wollen. Die Rhythmen und Lieder aus verschiedenen Kulturen entfalten einen besonderen Zauber. Das tiefe Eintauchen in den Rhythmus öffnet den Raum der gleichzeitigen Wahrnehmung und ist ein Weg zu sich selbst.

## ● BIOGRAFIE



**Sabine Bundschu**, geb. 1959. Schauspielerin, Sängerin, Komponistin und TaKeTiNa Rhythmspädagogin. Circle Singing Ausbildung bei Rhiannon. Gruppenleiterin TaKeTiNa, Stimme, Improvisation, Rhythmus Rahmentrommel. Freie Dozentin an der Theater Akademie München, Hochschule für Schauspielkunst Ernst Busch, Berlin, Sibelius Academy Helsinki, Bayerische Philharmonie, Trauma Hilfe Zentrum München. Interaktive Konzerte und Workshops auf Kongressen und Firmen Events (Allianz, BMW, RTL, Wöhr, Marco Polo, IBM, DGfS). Sprecherin und Sängerin auf zahlreichen CDs.  
[www.sabinebundschu.de](http://www.sabinebundschu.de)

