



## ***Wir werden eine Band***

**Aktives Chill-out** und vor allem **Spaß** steht im Mittelpunkt dieser exakt auf Ihre Anforderungen zugeschnittenen, bunten Trommelreise durch Kontinente und Kulturen.

Der faszinierende Anblick so vieler verschiedenster Trommeln, Basstrommeln und Kleinpercussion bewirkt schon den ersten Aha-Effekt und lässt in jedem Teilnehmer die Spannung und Freude steigen.

Bereits nach dem ersten Eintauchen in diese faszinierende rhythmische Welt beginnen **Körper, Geist und Seele im Einklang** mitzuschwingen, fallen womöglich noch vorhandene Reste an Hemmungen und Bedenken, und die Freude schlägt sich in **Selbstvertrauen, Mut** und **Begeisterung** nieder.

Wie viele Menschen können bereits nach kürzester Zeit bewusst die Wirkung ihrer Endorphine spüren? Wieso wissen wir alle, wie wichtig das ist, und haben oder nehmen uns doch nicht die Zeit dazu?

Schon nach nicht einmal einer Stunde sieht man so viele entspannte Gesichter, gepaart mit oftmals beobachteten, ab und zu energisch nach oben gezogenen Lippen, die neben dieser **Entspantheit** auch den **Ehrgeiz** und den Willen zu noch mehr zeigen.

Mittelfristig bewirkt dieses Eintauchen in unsere Endorphinwelt eine **nachhaltige Stressreduktion**, hilft ungemein beim **Abbau von Aggressionen**, hat eine phantastische schmerzdämpfende Wirkung und wirkt auch gegen Angstzustände.

Ein immenser Vorteil und Antrieb auch für Nichtsportler: **Trommeln ist eine Sitzsportart und daher auch für Nichtsportler bestens geeignet.**

Wer möchte nicht auch einmal das Gefühl erleben, einmal selbst Chef zu sein? Selbst zu bestimmen, was passiert! Oder das Gefühl als ChefIn einmal die Möglichkeit zu haben, **in eine andere Rolle zu schlüpfen**, in der sich ganz andere Dimensionen und Perspektiven von sich selbst und den Mitarbeitern auftun. In meinen Workshops haben alle Teilnehmer die Chance, sich einmal in all diesen Rollen zu versuchen und zu beweisen, ohne dabei den geringsten Druck zu verspüren.

**Motivation, Integration, Hilfsbereitschaft, Gruppendynamik, Gemeinschaftsgefühl** sowie der Aufbau von **Leadership-Qualitäten und Sozialkompetenz** entstehen und passieren automatisch und helfen immens, sich in die Situation anderer zu versetzen und so diese besser zu verstehen.

Wir simulieren im Workshop die Proben und die Generalprobe einer Band. Und im Finale steigern wir uns in emotionaler Höchstform im **gemeinsamen Konzert** zu einem „**finale furioso**“.

**power-drums**  
**the drum-coaches**



**power-drums**  
**the drum-coaches**

Ob als **„Opening“** bei Konferenzen oder Schulungen – Trommeln bewirkt Spaß und Freude, Begeisterung, Neugier, Wertschätzung, sofortige Erfolgserlebnisse und ist daher optimal geeignet, Ihre Mitarbeiter und Sie selbst in die richtige Stimmung zu versetzen.

Oder am Ende Ihres Events als **„Verstärker“**, zwischendurch als **„Stimmungsmacher“** oder aber auch **prozessbegleitend**, z. B. bei mehrtägigen Veranstaltungen oder über längere Zeiträume, zusätzlich auch als Ausgleich zu Beruf und Familie.

Von **Kleingruppen bis zu Megaevents** finden Sie in uns Vollprofis und verlässliche Partner.

Es freut uns sehr, wenn sich unsere Prioritäten überschneiden.

**the drum-coaches**