

Göttin Rhythmus • Yin

- auf beide Hände verteilt -

1	2	und 3	4	5	6	und 7	8
●	O	● ●	O	●	O	● ●	O
H	n	H n	H	n	H	n H	n

Dieser Rhythmus eignet sich hervorragend dazu, um „anzukommen“, dich „rund“ zu fühlen, „geerdet“, sicher zu sein, usw. Es ist ein Göttin- Rhythmus. Er gibt Raum, und wirkt sammelnd. Er wirkt aufs Herz, weshalb er oft so genannt wird „Herzrhythmus“. Du kannst diesen Rhythmus sehr lange spielen ohne zu ermüden. Er gibt Kraft.

● = Bass

O = Höhe

H = **H**aupthand / n = **N**ebenhand

Alle Übungen zu Anfang in einem ruhig gehenden Tempo spielen.

Bei Fragen kannst du mich gerne anrufen 0151 / 20 76 2809 oder eine Mail schreiben info@trommel-kurse.de