

Framedrumcirkel & Lichtbad

'Als alles duister is.....'

Op weg naar de kortste dag van het jaar nodigt Saffraan je van harte uit om samen te komen in ritme, plezier en lichtheid!



We beginnen deze middag met lekker samen drummen. Saffraan zet een welkomstritme in.

Voel je vrij om mee te doen en daarna je eigen inbreng te delen.

Of je al tientallen jaren speelt, of net je eerste les hebt gehad, iedereen is welkom in dit verbindende ritmische bad dat we gezamenlijk creëren!

Er zijn drums aanwezig voor wie geen eigen drum heeft.

Als extraatje geeft Saffraan je graag een cadeautje mee in de vorm van een **Lichtbad**. Hierbij kun je heerlijk achteroverleunen op een matje, met een dekentje of in je stoel om verwend te worden. De trilling van diverse framedrums en andere percussie golft zachtjes over en door je heen. Een massage voor de cellen!

De Veste, Fabianusstraat 4, 7333 BM Apeldoorn

16 december 2023 / 14:00 – 17:00 / welkom vanaf 13:30

Er staat een pot voor jouw **donatie!**

Aanmelden: info@irmgardcottaar.nl

