



DrumsAlive

+++ drums alive +++

DrumsAlive ist der derzeit „heißeste“ Sport auf dem Markt. Trommeln, Rhythmus und Tanz als ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele. Beats, Pezzibälle und Bewegung – diese drei Elemente ergeben zusammen die neue fetzige Trendsportart. In dieser Stunde könnt ihr den Alltagsstress abbauen. DrumsAlive ist ein super Herz-Kreislauf-Training, steigert die Durchblutung und fördert die Fettverbrennung sowie den Muskelaufbau. Menschen die trommeln werden merklich ruhiger und ausgeglichener. Lass dich mitreißen – es macht höllisch Spaß.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, etwas Taktgefühl wäre natürlich von Vorteil. Für Damen und Herren geeignet!

Wann: Donnerstag, 18:00 Uhr - 19:00 Uhr
Wo: Gymnastikraum der Grundschule
Kosten: TSV Abt.Gymnastik frei
Nichtmitglieder: Saisonkarte 50,- Euro

Übungsleiterin: Gaby Straßer
ÜL Breitensport C und DrumsAlive Instructor

Infos und Anmeldung: TSV Büro 089/903 64 60
Büro: Mo. von 8.00 - 12.00 Uhr u. Do. von 9.00 - 12.00 Uhr
oder per email: office@tsvfeldkirchen.de. Fax 089/ 90529447
Anmeldeformular unter www.tsvfeldkirchen.de