

DRUMS ALIVE



Drums Alive

ab 18 Jahre

Neu ... ab Samstag 14.01.2012

Wann ? ab 14.01. – bis 17.03.2012 (= 10 UE)

Uhrzeit: 16.00 – 17.00 Uhr

Ort: WMTV-Gymnastikhalle

Zusatz-Kosten: 1,00 € / je UE – für Mitglieder
5,00 € / je UE – für Nichtmitglieder

Leitung: Heike Helfen

Drums Alive ...

... ist ein einzigartiges und extravagantes Fitness- und Wellnessprogramm, das sich durch seine Andersartigkeit grundlegend von anderen Trainingsprogrammen unterscheidet. Es fängt das Wesen von Bewegung und Rhythmus ein und führt durch viel Spaß zu effektiven Fitnessresultaten. Drums Alive steckt voller motivierender Musik und Trommelrhythmen, die deine Füße zum Stampfen und deinen Körper in Bewegung bringen. Menschen mit Handycap sind gerne willkommen.