

Einladung zum



Drums Alive® – Trommelspaß für alle

Wann: am Samstag, 21. Oktober 2023

Uhrzeit: ab 14:00 Uhr bis ca. 17 Uhr

Wo: in der TuS-Halle,
Gartenstr. 51, Freiberg/N.

Mitzubringen: Hallenschuhe
eigene Trinkflasche

Uhrzeit	Inhalt
13:45 Uhr	Einlass
14:00 - 14:30 Uhr	Schulkinder ab 7 Jahren – Trommeln in der Gruppe
14:45 - 15:15 Uhr	Erwachsene/Ältere – Trommeln im Sitzen
15:30 - 16:00 Uhr	Erwachsene – Fitness-Workout
16:15 – 16:45 Uhr	Eltern-Kind-Trommeln für ein Elternteil mit einem Kind ab ca. 4 Jahren

Drums Alive® - Trommeln auf Pezzibällen nutzt den Rhythmus als Inspirationsquelle für eine neue Gruppenfitness-Erfahrung und verbindet die Vorteile eines traditionellen körperlichen Fitnessprogramms mit den positiven Auswirkungen von Musik und Rhythmus auf das Gehirn.

Das Angebot ist kostenlos.

Das Trainerteam des
TuS Freiberg

