

2012 auch im Turngau Siegerland!

Drums-Alive®-Instructor/in

Das ganzheitliche Workout mit dem pulsierenden Trommelrhythmus



Entwickelt von Carrie Ekins
Diplom-Pädagogin, Tanz, Sportmedizin, internationale
Presenterin, Mind Body Ausbilderin, Entwicklung von Drums
Alive® und anderen diversen Fitness-Programmen; www.drumsalive.de



Drums Alive® ist ein neuer Trend im Groupfitness. Das ganzheitliche Workout verbindet einfache, aber dynamische Bewegungen mit dem pulsierenden Trommelrhythmus. Drums Alive® steckt voller motivierender Musik und steigert die physische als auch die mentale Fitness. Drums Alive® ist für jung und alt und bringt eine Vielzahl an positiven Effekten mit sich, u a. Förderung der Durchblutung, Förderung der Sensomotorik, Stress- und Aggressionsabbau.

Inhalte

- Modellstunden
- Grundpositionen und Basisschläge
- Theoretische Hintergründe
- Rhythmusschulung
- Drums Alive® unterrichten

Anerkennung. Zertifikat Drums-Alive®--Instructor/-in

DTB Akademie

Termin

2012 evtl. 2. Jahreshälfte

Zielgruppe

Übungsleiter, Trainer und Sportfachkräfte, die Drums Alive als eigenständiges Programm durchführen möchten bzw. Teile des Programms in bestehende Angebote integrieren möchten.

Qualifikation

Basismodul Gesundheitstraining oder DTB Trainer-Ausbildung oder gültige Lizenz auf der 1.Lizenzstufe oder sportfachliche Ausbildung/Studium oder gleichwertige Qualifikation auf Anfrage, ausreichendes Takt- und Musikgefühl

Zeit

Sa 9 Uhr – So 15 Uhr / 15 LE

Ort

Siegen-Weidenau, AdH-Turnhalle Köhlerweg 20

Kosten

Gymcard Regulär

ohne Ü/V

180,- 220,-

Leitung

Sharon Jackson/Frauke Winkler

Lizenzverl.

ÜL C / Tr. C Breitensport

Hinweis

In der Weiterbildung sind enthalten:

Umfangreiches Skript, DVD oder CD

Interessenten melden sich bitte mit Adresse, Mail, Telefonnummer bis spätestens Mitte Januar 2012 bei:

**Margarete Otterbach, Am Sender 36, 57072 Siegen,
Tel.-Nr. 0271/41362, E-Mail: margarete.otterbach@web.de**