

## „DRUM YOUR BODY“ – BODY & DRUMS

Bodypercussion - Bewegung - Rhythmus - Trommeln  
Entspannung und Fitness

ABWECHSLUNGSREICHES ENERGIEGELADENES RHYTHMUSTRAINING  
ZUR UNTERSTÜTZUNG, VERBESSERUNG ODER STÄRKUNG DEINER  
KÖRPERLICHEN, MENTALEN UND EMOTIONALEN FITNESS ☺

Mit dem Körper Klänge erzeugen  
AN EINEM DER SCHÖNSTEN PLÄTZE OBERÖSTERREICHS

**10.06. – 12.06.2022**

### Vorderstoder – Steiner Gütl

In einem urgemütlichen Bauernhaus NUR  
FÜR UNS in herrlicher ruhiger Alleinlage  
hast DU die Möglichkeit mit Gleichgesinnten  
ein Wochenende der „besonderen“ Art zu  
verbringen.



Anreise: Freitag 10.06.22, ab 15.00 Uhr

Abreise: Sonntag 12.06.22 ca 14.00 Uhr

#### PROGRAMM:

Freitag: Trommeln, Grillen, „Einschwingen“, Ankommen

Samstag: 09.30 Uhr rhythmische Muntermacher, aufbauendes Rhythmustraining  
mit dem eigenen Körper, Choreographie mit und ohne Musik – Mittagspause –  
Becher Rap für Anfänger und Fortgeschrittene – Entspannung – Drum & Fun

Sonntag: AUSKLANG

KOSTEN: € 215,00 (inkl. Übernachtung/2 Nächte und Endreinigung) – Eigene  
Verpflegung ist mitzubringen! Küche vorhanden!

Teilnehmerzahl: maximal 14 Personen

Wenn Du dabei sein möchtest, melde dich bitte EHEST an. Die Plätze werden  
nach Eingang der Anzahlung in Höhe von € 85,00 vergeben.

[office@klangsula.at](mailto:office@klangsula.at), T:0664/3581063 **UrSula**