



KSC Isartal e. V.

GESUNDHEITSSPORT

Gewerbestraße 1 - 84183 Niederviehbach - Telefon 08702 3319
Homepage: www.ksc-isartal.de - email: ksci.vorstand@t-online.de



KampfSPORTCenterIsartal

Gewerbestraße 1 - 84183 Niederviehbach - Telefon 08702 3319
Homepage: www.ksc-isartal.de email: ksci.vorstand@t-online.de

Kursangebot JANUAR 2025

Kursangebot JANUAR 2025



Kursleitung: **Regina Stockinger**
Drums Alive® Instruktor

DRUMS ALIVE®

Drums Alive® 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 wie Verbesserung der sozialen und emotionalen Gesundheit. Drums Alive® fördert die Fettverbrennung, den Muskelaufbau, ist ein ganzheitliches Kreislauftraining mit Brain Fitness. Wer bei Drums Alive® mit macht fördert die Gesundheit auf vielen Ebenen. Drums Alive® vereint Elemente von Aerobic, Zirkeltraining, Tanz und Schlagzeug zu einer Choreographie in der Gruppe. Trommeln baut Stress ab, aktiviert durch die verschiedenen Schlagvarianten die Verknüpfung beider Gehirnhälften und erhöht die Alpha-Wellen. Drums Alive® ist eine dynamische Bewegung zu verschieden schwingenden Rhythmen: einmal energisch und machtvoll pulsierend, dann wieder weich und entspannend.

„**Spaß ist garantiert**„

Ort: Übungsraum, Gewerbestraße 1, 84183 Niederviehbach

Beginn: **Donnerstag, 30. Januar 2025 bis 27. März 2025, 18.15 Uhr bis 19.15 Uhr**

Ausfallzeiten: 06.03.25

Kursgebühr: 89 EURO (8 x 60 Minuten) - Mitglieder erhalten 20 % Nachlass

Mindestteilnehmerzahl: 8 - geeignet für Jugend / Erwachsene

Anmeldeformular:

(zutreffendes bitte ankreuzen)

DRUMS ALIVE® - Donnerstag, 30.01.25 bis 27.03.25, 18.15 Uhr – 19.15 Uhr

----- Ausfallzeiten: 06.03.25 -----

Name: _____ Vorname: _____

Geburtsdatum: _____ Email: _____@_____

Anschrift: _____

Erreichbarkeit/Telefon: _____ (falls Verständigung erforderlich /z.B. Ausfall)

Kursgebühr:

BAR:

Bin mit einer SEPA - LASTSCHRIFT einverstanden:

Bankverbindung:

Unsere Gläubiger-ID: **DE54ZZZ00000112196**. Ihre Mandanten-ID wird Ihnen gesondert mitgeteilt.

Bank: _____

Bankleitzahl / IBAN: DE _ _ _ _ _

Konto / BIC: _____

Datenschutzbestimmung: Gemäß der Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) vom 25.05.18 stimme ich dem zu, das der Verein oben erfasste persönliche Daten zum Zwecke der Mitgliederverwaltung und für vereinsinterne Informationen verwenden darf. Dies kann ich jederzeit widerrufen. Eine Weitergabe der Daten an Dritte wird untersagt.

Unterschrift der Teilnehmer(in)/Kontoinhaber(in)

(Zutreffendes ankreuzen – mehrfach Anmeldungen möglich – verbindliche Kursanmeldung)

INFO / Anmeldungen ab sofort beim Training, per Email, telefonisch oder <https://www.ksc-isartal.de/gesundheitskurse/>

Der Veranstalter/Ausrichter übernimmt keine Haftung für Personen- und Sachschäden.

Mit der Anmeldung ist die Kursgebühr zu entrichten und erkennen diesen Haftungsausschluss an.

Bei Nichtteilnahme verfällt die Kursgebühr. Ein Übertrag ist nicht möglich. Hygienevorschriften beachten!

Kurs wird **nicht** von der Krankenkasse erstattet!