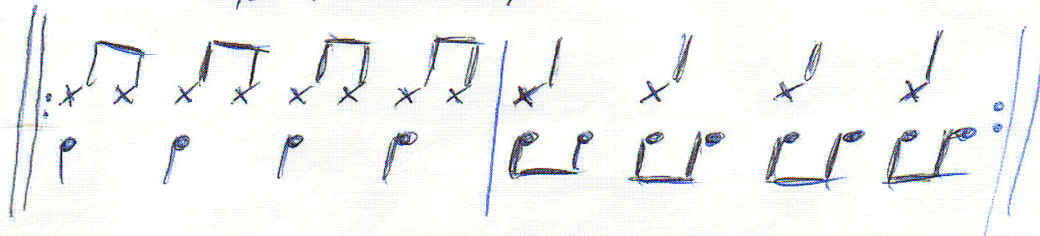
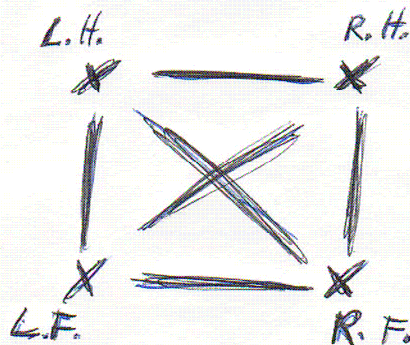


Movements

Koordination 1

Unabhängigkeit, Koordination, basic exercise for independence, two way & four way coordination

Two way coordination IThomas Gerke
Sept. 92Beispiel: Übung zwischen rechter Hand (Becken) und rechtem Fuß (Bassdrum)Übertragen auf „alle Vierre“:

➔ 6 Übermöglichkeiten
+ 3 mit allen Vieren gleichzeitig

1992 / 2007 Tom Gerke [Creative Commons Lizenz](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)www.drumpages.comwww.drumpool.comwww.tomgerke.com