

CC's Rhythmus Gym 1: Bizeps

Workout 5



Claus Carsten Behrendt

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Sax Es

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Sax in Es

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Horn in F

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Tuba in C

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Klavier

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Sax in Es

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Horn in F

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Tuba in C

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Klavier

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Sax in Es

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Horn in F

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Tuba in C

Nr. 35 Fitness Test 5 o o o

Klavier

Link zum Workout Video: <https://youtu.be/3uTqjccyEBA>



Wie funktioniert das Rhythmus Gym? <https://youtu.be/ig2kLdSPiRQ>

