



# DRUMS ALIVE<sup>®</sup>

Trommel dich fit!

Mach mit bei unserem neuen Kurs  
Drums Alive! Du trommelst auf Gymnastikbällen  
im Rhythmus zur Musik und bewegst dich dabei.  
Mit viel Spaß in der Gruppe bringst du  
dich und deine beiden Gehirnhälften  
ins Schwitzen. Koordination, Mobilisation,  
Kraft und Ausdauer, alles ist dabei.  
Erlebe ein Workout mal anders, bau Stress ab  
und lass dich begeistern vom Drum Beat!

Bereit zum Trommeln?  
Dann melde dich an:

Tenbu Kan  
Gesundheitssportzentrum  
Tanz- und Sportclub  
Leipzig Süd/Ost e.V.  
Zweinaundorfer Straße 18  
04318 Leipzig  
Tel: 0341 6994225

