



DRUMS ALIVE[®]

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

