

## Drums Alive &amp;reg; | Theradrum | 8 FP



# 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.

Vorgestellt und erarbeitet wird ein neuer innovativer Weg, wie Trommeln und Tanzen, propriozeptives-, Gleichgewichts- und Koordinationstraining sowie sanfte Bewegung mit anderen Fitnessmodalitäten kombiniert werden können.

Durch die wissenschaftliche Begleitung findet Drums Alive® ebenfalls Ansätze bei Depressionen und Burnout, Schwindel, Tumorpatienten, Patienten in Seniorenheimen, im Bereich der Arbeit mit beeinträchtigten Personen. Erwiesenermaßen ist Drums Alive® Hochleistungssport für das Gehirn!

#### Themen des Kurses:

- Vermittlung der Grundtechniken des Trommelns
- Grundschrte, Grundbewegungen
- Kombinationen und Choreografien
- Rhythmusschulung
- Theoretisches Wissen über die Entstehung und die Wirkung von Drums Alive®
- Stundenaufbau

<b>Leitung</b>	Sharon Jackson & Frauke Winkler   Drums Alive ® Mastertrainerinnen
<b>Kursgebühr</b>	0,00 € inkl. Skript
<b>Beginn</b>	20.07.2019
<b>Ende</b>	21.07.2019
<b>Kurszeiten</b>	Sa. 20.07., 10:30 - 19:00 Uhr So. 21.07., 09:00 - 14:30 Uhr
<b>Kursort</b>	Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg
<b>Zielgruppe</b>	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseur, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler, Logopäden
<b>Fortbildungspunkte</b>	8