

## Drums Alive®-Hochleistungssport für das Gehirn! - Modul II

Lehrgangsnummer:	AB-25-115
Lerneinheiten:	15
Träger:	Sächsischer Turn-Verband
Kosten:	250 €   Teilnahmegebühr 195 €   Sportvereinsmitglied LFV
Anmeldeschluss:	01.10.2025, 23:55 Uhr
Stornofrist:	02.10.2025

### Termin

01. - 02.11.2025, 09:30 - 15:30 Uhr

Ort:	Geschäftsstelle Bildungswerk LSB Sachsen e.V. / Turnhalle Marienallee 14b, 01099 Dresden
Referent:in:	Hanka Kühn
Ablauf:	Samstag, 23.08.25 von 09:30 - 18:30 Uhr Sonntag, 24.08.25 von 09:30 - 15:30 Uhr

### Inhaltliche Schwerpunkte

Drums Alive®-das ganzheitliche Workout verbindet einfache, aber dynamische Bewegungen mit pulsierenden Trommelrhythmen. Drums Alive® steckt voller motivierender Musik und steigert sowohl die physische als auch die mentale Fitness. Drums Alive® ist für Jung und Alt geeignet und bringt eine Vielzahl an positiven Effekten, beispielsweise eine Verbesserung der sozialen und emotionalen Gesundheit, mit sich. Vorgestellt und erarbeitet wird ein innovativer Weg, wie Trommeln und Tanzen, als propriozeptives-, Gleichgewichts- und Koordinationstraining eingesetzt werden und sanfte Bewegungen mit anderen Fitnessmodalitäten kombiniert werden können.

Die Wirkung von Drums Alive® wird wissenschaftlich untersucht und findet Anwendung in der Behandlung von Patienten mit Depressionen und Burnout, Schwankschwindel, Tumorkranken, Patienten in Seniorenheimen, demenziellen Erkrankungen und in der Arbeit mit beeinträchtigten Personen.

Kursinhalte Modul 2:

- Vertiefung der Inhalte aus Modul I
- Kombinationen und Choreografien
- Stundenaufbau

### Hinweis

#### Zielgruppen

- Interessierte Trainer,
- Therapeuten,
- Erzieher,
- Pädagogen

### Voraussetzungen

Drums Alive® Modul I (Grundlagenausbildung)

### HINWEIS

Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Bildungswerk des Landessportbundes Sachsen durchgeführt.

**ACHTUNG:**

Für diese Spezialausbildung gelten gesonderte Rücktrittsregelungen.

**Veranstalter**

Sächsischer Turn-Verband

Mit Buchung der Veranstaltung werden die Teilnahmebedingungen des STV/der STJ anerkannt. Diese sind über folgenden Link einsehbar.

AGB:[https://www.stv-turnen.de/pdf/AGB\\_STV\\_STJ\\_2025.pdf](https://www.stv-turnen.de/pdf/AGB_STV_STJ_2025.pdf)

Internet: <https://www.stv-turnen.de>

Am Sportforum 3

04105 Leipzig

Tel.: 03 41 - 14 93 86 75

Fax: 03 41 - 14 93 86 89

E-Mail: [info@stv-turnen.de](mailto:info@stv-turnen.de)