

Brain Gym für Senioren | 70 drunter und drüber | 18 FP

Bewegungen lassen uns wohlfühlen. Wir spüren, daß alle Lebensfunktionen angeregt werden, daß unsere Stimmung lockerer und das Denken leichter wird.

Paul Dennison und seine Frau Gail arbeiten seit über 40 Jahren an dem Konzept "Brain Gym", in dem gezielte Bewegungen helfen, nicht nur den Körper zu wecken, sondern das Gehirn zu integrieren, so daß das Denken, die Konzentration und das Gedächtnis wieder in den Fluss kommen. Das Lernen und Erleben wird wieder leichter und macht Freude.

Verspannungen des Körpers "verspannen" auch den Geist und die Seele. Mit leicht auszuführenden, gründlich erforschten Übungen können wir uns fithalten auf allen Ebenen, bis ins hohe Alter.

In dem Kurs "Brain Gym | 70 drunter und drüber" erlernen Sie die wichtigsten Übungen aus diesem Konzept mit seinen Hintergründen, aber auch noch weitere Tipps und Tricks zum geistigen "Fitwerden" aus meinen Seminaren der Lernstrategie.

Leitung	Susanne Cranz Physiotherapeutin, Heilpraktikerin, Instruktorin IKC (International Kinesiology College)
Kursgebühr	0,00 € inkl. Skript
Beginn	23.04.2021
Ende	24.04.2021
Kurszeiten	Fr. 23.04. bis Sa. 24.04., 09:00 - 17:00 Uhr
Kursort	Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Sportwissenschaftler, Logopäden
Fortbildungspunkte	18