



Life Kinetik Workshop

Keiner von uns schöpft die Kapazitäten seines Gehirns voll aus. Das Trainingsprogramm von Life Kinetik nutzt die Bewegung, um das Gehirn zu trainieren. Es werden neue Verbindungen zwischen den Gehirnzellen geschaffen, die die einzelnen Gehirnhälften mit ihren unterschiedlichen Funktionen besser miteinander arbeiten zu lassen. Das Training wirkt sich positiv auf Ihre Konzentration, Merkfähigkeit, Reaktion, Aufnahmefähigkeit und Flexibilität aus. Dies gilt für den Sport ebenso wie für den Berufsalltag oder die Freizeit. So entwickeln Sie zum Beispiel schneller



vielseitigere Lösungen für plötzliche Anforderungen im Sport und im Alltag. Lernen fällt leichter, Gelerntes wird schneller abgerufen und es gelingt Ihnen besser von einer Tätigkeit auf die andere umzuschalten.

Das Übungsprogramm beinhaltet einfache Bewegungen, die in Kombination zu einer echten Herausforderung werden. Es ist vielfältig und abwechslungsreich, mit immer neuen Aufgaben und Reizen, unterschiedlichsten Materialien und vor allem mit viel Spaß!

- Wann** : Samstag, 16.06.2018 von 9.30-13.00 Uhr
Wo : ZSG Zentrum für seelische Gesundheit, Neuenstr. 11, 28195 Bremen
Leitung : Anne Krose, Life Kinetik-Trainerin
Kosten : 30 € für Mitglieder der Rheuma-Liga Bremen
65 € für Nicht-Mitglieder der Rheuma-Liga Bremen
(Der Mitgliedsbeitrag der Rheuma-Liga Bremen beträgt 32 €)

Verbindliche Anmeldung Life Kinetik Workshop 2018

Bitte diese Anmeldung per Post senden oder faxen

Mitgliedsnummer:

Name:

Vorname:.....

PLZ:/Wohnort:.....

Straße:.....

Telefon:

Email:

Mit ist bekannt, dass Sporttreiben immer ein Risiko beinhalten kann und nehme an dem Workshop auf eigenes Risiko teil. Bei kurzfristigen Absagen (weniger als eine Woche vor Beginn) oder Nichterscheinen müssen wir Ihnen die entstehenden Kosten in Rechnung stellen.

Datum:.....**Unterschrift:**.....