



RUNNING-ATHLETE KURS / BSV KURS FIT FOR BRAIN

ALLES EINMAL ANDERS!

Sie suchen nach einem Sport, wo es in erster Linie um Spaß geht?

Sie möchten neue Bewegungsformen ausprobieren und ihre Merk- und Konzentrationsfähigkeit erhöhen?

Sie mögen in der Gemeinschaft zu trainieren und Abwechslung im Training?

WIE?

Wir werden unser Gehirn trainieren, wie ein Muskel. Genauso wie beim Fitnesstraining, braucht unser Gehirn neue, komplexe Bewegungsaufgaben. Diese spaßigen Bewegungsaufgaben zwingen ihr Gehirn, nach Lösungen zu suchen.

Dadurch werden neue Verbindungen im Gehirn geschaffen. um sie vitaler und leistungsfähiger im Alltag zu machen.

Der Kurs fördert ihre Kreativität, läßt sie in stressigen Situationen gelassener reagieren und ihre Konzentration steigt elementar.

Nähere Informationen finden Sie unter www.running-athlete.com

Beginn: Montag, den 25.September – 22.Januar 2018 von 19:00 - 20:00

Ort: Berend Schröder Schule, Langer Lohberg 24

Dauer: 12 Einheiten

Teilnehmerzahl: 10 -14 Personen

KOSTEN KURS 72,-- Euro () bitte ankreuzen

In der Kursgebühr ist der Mitgliedsbeitrag des BSV **nicht** enthalten.

Unterschrift:

E-Mail:

Dirk Peters

Life Kinetik Pro Trainer und Sportmentaltrainer