



Kurs

***IM KOPF FIT
MIT MENTALER AKTIVIERUNG***

Einführung in das moderne Gehirntraining. Deutlich im Vorteil ist, wer sich mit einer guten Portion Gelassenheit konzentrieren kann, flexibel und schnell denkt und weniger vergisst. Wie können wir unsere Potentiale leichter abrufen?

In diesem Kurs erlernen Sie Basiswissen aus dem erfolgreichen Trainingskonzept der Mentalen Aktivierung – MAT. Erleben Sie wie Sie mit einfach durchzuführenden Übungen und jeder Menge Spaß ihre geistige Leistungsfähigkeit fit halten können. Nicht nur für Bridgespieler! Das Kursangebot richtet sich an jeden, der etwas mehr für sein Wohlbefinden und seine Lebensqualität tun möchte. Auch, wenn Sie vorher noch nie etwas von MAT gehört haben.

Wann Mittwoch, 10:30 – 12:00 Uhr
14.02. / 21.02. / 28.02. / 07.03.2018
4 Einheiten = 6 Std.

Wo: Fischers Treff,
Friedrich-Karl-Str. 101, 28211 Bremen

Kosten: € 60,00 pro Person

Anmeldung bis 07.02.2018:
www.michaelis-gehirntraining.de/kontakt
oder Tel. 04207-697945