

## Gymnastik im Kopf

Gedächtnis, Wahrnehmung, Reaktion und Koordination sind Funktionen, die Sie alltäglich benötigen. Wenn wir diese kognitiven Funktionen nicht ständig im Alltag oder bei der Arbeit trainieren, können diese verloren gehen.

Darum halten Sie sich geistig fit. Dann sind Sie im Alltag kreativer und flexibler, können Probleme leichter lösen und auch schneller Kontakte zu anderen Menschen aufbauen.

### Gymnastik im Kopf - Kurse für Gedächtnistraining

TSV Friesen Hänigsen führt die Kursreihe Gedächtnistraining unter dem Motto GeistReich im Jahr 2017 fort. Der Beginn ist am Montag, 30. Januar um 15:30 Uhr im Haus am Pappaul.

Weil dieser Kurs so gut angenommen ist, bieten wir nun aufgrund der Nachfrage gerne für Anfänger oder Wiedereinsteiger einen neuen Kurs an. Beginn ist am: Freitag den 27. Januar 2017 von 9.30 Uhr - 11.00 Uhr im Haus am Pappaul (Eingang von hinten).

Anmeldungen bitte bei Sonja Avemaria-Wrede - " Qualifizierte Gedächtnistrainerin im "Bundesverband Gedächtnistraining e.V." -

Telefon: 05147-1724 oder per Mail an: [sonja.avemaria-Wrede@gmx.de](mailto:sonja.avemaria-Wrede@gmx.de)

### Toolbox



[Drucken](#)



[PDF](#)



[Weiterempfehlen](#)



[RSS Abonnieren](#)

Veröffentlicht

10.01.2017