Spielplatz für den Kopf: Entdeckungsreise Gedächtnistraining

Kursnummer 27P183232

Beginn Dienstag, 20.04.2027, 17:00 - 19:15 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Porz, Raum 111

Dozent Barbara Göttgens

Kursentgelt 14,00 €

Wussten Sie, dass unser Gehirn am besten lernt und neue Netzwerke bildet, wenn wir Neues erleben, Spaß haben und körperlich aktiv sind? In diesem Kurs erwartet Sie kein klassisches Gedächtnistraining. Wir bringen im wahrsten Sinne des Wortes Bewegung und Farbe in unsere Denkprozesse!
Mit einem erfrischenden Mix aus ungewöhnlichen Übungsmaterialien, leichten Bewegungsübungen und spielerischen Elementen sprechen wir das Gehirn multidimensional an. Wir trainieren Konzentration, Merkfähigkeit und Wortfindung, verlassen dabei aber bewusst gewohnte Pfade. Sie werden erleben, wie kreative und unkonventionelle Denkaufgaben nicht nur Ihre geistige Flexibilität steigern, sondern auch hervorragend zum Stressabbau beitragen.

Hier sind Sie richtig aufgehoben, wenn Sie Ihre mentale Vitalität stärken möchten: In lockerer Atmosphäre und völlig ohne Leistungsdruck wecken wir unsere Reserven und entdecken das "Out-of-the-Box"-Denken.

Die Kursleitung ist freischaffende Künstlerin, Dozentin für Kreativitätsentwicklung und zertifizierte Gedächtnistrainerin (BVGT). Sie legt besonderen Wert auf einen erlebnisorientierten, überraschenden und freudvollen Trainingsansatz

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
20.04.2027	17:00 - 19:15 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Porz, Raum 111

zur Kursdetail-Seite