



Fotolia

Bewegtes Hirntraining

Bewegtes Hirntraining ist eine gute Investition, um mental fit und leistungsfähig zu sein. Mittels speziellen Bewegungsabläufen trainieren wir unser Gehirn. Es werden neue Synapsen gebildet und dadurch die geistigen Fähigkeiten verbessert. Das Training ist Demenz-Prävention pur und macht zudem Spass! Während des Kurses werden alle Teilnehmenden so angeleitet, dass sie auf ihrem jeweils individuellen Level trainieren können. Die Kurseinheiten sind in sich geschlossen. Ein späterer Einstieg ist möglich.

Datum: Montag, wöchentlich
21., 28. Januar, 4., 18., 25. Februar und 4. März 2019

Zeit: 14.00 – 15.00 Uhr

Dauer: 6x 60 Minuten

Leitung: Langenegger Kathrin, Tel. 034 461 04 82

Kursort: Kirchgemeindehaus, Kirchmatte 2, 3415 Hasle b. Burgdorf

Mitnehmen: bequeme Kleidung, Turnschuhe

Kosten: CHF 42.-

✂

Anmeldung

Ich melde mich an für den Kurs **"Bewegtes Hirntraining" ab 21.01.2019:**

Name	Vorname	Geburtsdatum
Adresse		PLZ, Ort
Telefon	Natel	E-Mail
Ort, Datum	Unterschrift	

Einsenden an: Pro Senectute Emmental-Oberaargau, Chisenmattweg 32,
Postfach 108, 3510 Konolfingen