Schmiedgasse 26
CH-8604 Volketswil
Tel +41 (78) 660 12 45
www.janine-dick.ch
fit@janine-dick.ch

Life Kinetik® Einsteigerkurs

Gehirntraining durch Bewegung

Bist du vergesslich? Hast du Gedächtnislücken, Konzentrationsprobleme oder eine Lese- und Rechtschreibschwäche? Dann versuch es doch einfach einmal mit Life Kinetik®.

Life Kinetik® ist einfach und genial. Es ist ein sanftes und unkompliziertes Bewegungsprogramm zur Steigerung der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit. Lachen, Spass und Freude sind dabei ständige Begleiter.
Life Kinetik® trainiert die visuelle Wahrnehmung, die flexible Körperbeherrschung und das Gedächtnis. Das Gehirn wird durch spezielle Bewegungsabläufe immer wieder vor neue Herausforderungen gestellt und lernt dabei, flexibel und effektiv Lösungen zu finden.

Da die Übungen beliebig angepasst und gesteigert werden können, sind sie für Kinder, Jugendliche, Senioren und Sportler bestens geeignet.

Mindestalter: 9 Jahre / ohne Begleitung eines Erwachsenen: 11 Jahre

---

Kursdauer:	Donnerstag, *10.1. – 18.4.2019, 18.15 – 19.00 Uhr (Die erste Lektion am 10.1.19 ist eine Doppellektion. Start bereits um 17.30 Uhr)
Ausfälle:	24.1. / 21.2. und 28.2.2019
Kursort:	Studio «fit mit Dick», Schmiedgasse 26, 8604 Volketswil
Kursleitung:	Janine Dick, zertifizierte Life Kinetik®-Trainerin
Kosten:	13 Lektionen inkl. Sehtest à Fr. 30.00 = Total Fr. 390.00
Anmeldung:	Janine Dick, Mythenweg 11, 8604 Volketswil, Natel 078 660 12 45 fit@janine-dick.ch, www.janine-dick.ch