



# Life Kinetik®

## Bewegtes Gehirntraining

Vergesslichkeit, mangelndes Selbstbewusstsein, Konzentrationsprobleme, fehlende Selbständigkeit, Mühe in der Schule beim Lesen, Schreiben, bei Mathe? Wünschst du dir mehr Gelassenheit, Stressresistenz oder Demenzprävention pur? Life Kinetik ist ein sanftes und unkompliziertes Bewegungsprogramm für Erwachsene und Kinder. Es macht viel Spass. Bereits eine Stunde pro Woche genügt, um nach kurzer Zeit die ersten Veränderungen zu erkennen.

Am kostenlosen Informationsabend (**Voraussetzung für die Kursteilnahme**) kannst du Life Kinetik unverbindlich kennenlernen und hautnah erleben!

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

- Infoabend** Dienstag, 19. Dezember 2017 / 18.30 bis 19.30 Uhr  
Mittwoch, 10. Januar 2018 / 19.30 bis 20.30 Uhr
- Datum/Zeit** Donnerstag, 1. Februar bis 19. April 2018, 20.20 bis 21.05 Uhr (11x)  
**Am 1. Februar 2018 findet eine Doppellektion von 20.20 bis 21:50 Uhr statt.**
- Ausfälle** 22. Februar und 1. März 2018
- Kursort** Gemeinschaftszentrum «In der Au»
- Kursleitung** Janine Dick, zertifizierte Life Kinetik®-Trainerin
- Kurskosten** Fr. 297.00
- Anmeldung** Gemeinschaftszentrum «In der Au»,  
In der Au 1, 8604 Volketswil, Tel. 044 910 20 70,  
gemzen@volketswil.ch, [www.volketswil.ch/kursprogramm](http://www.volketswil.ch/kursprogramm)

**VOLKETSWIL**

DAS SIND WIR