# 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** | Donnerstag, 24. August 2017 18:30 bis 19:30 Uhr |
| **Datum/Zeit** | Donnerstag, 31. August bis 14. Dezember 2017, 20:20 bis 21:05 Uhr (12x)<br>**Die 1. Lektion am 31. August 2017 ist eine Doppellektion (20.20 bis 21:50 Uhr)**<br>**Ausfälle:** 21. September, 12., 19. und 26. Oktober 2017 |
| **Kursort** | Gemeinschaftszentrum «In der Au» |
| **Kursleitung** | Janine Dick, zertifizierte Life Kinetik®-Trainerin |
| **Kurskosten** | Fr. 351.00 |
| **Anmeldung** | Gemeinschaftszentrum «In der Au»,<br>In der Au 1, 8604 Volketswil, Tel. 044 910 20 70,<br>gemzen@volketswil.ch, www.volketswil.ch/kursprogramm |

VOLKETSWIL
DAS SIND WIR