

volks— hochschule beider basel

Gehirn an - Stress aus

LINK MOVES®: Das Bewegungstraining für mehr geistige Leistungsfähigkeit

Lassen Sie sich vom innovativen Gehirnfitnesstraining begeistern: Koordinative Bewegungsübungen trainieren das Gehirn wirkungsvoll und verbessern die Konzentrationsfähigkeit und Kreativität. Das ganzheitliche Training für Kopf und Körper baut Stress ab und hilft, die eigenen mentalen Ressourcen effizienter und schonender einzusetzen. Tanken Sie neue Energie über Mittag!

Leitung

Eliane Schütz, LINK MOVES® Trainerin Advanced

Donnerstag, 27.04.23-22.06.23, 12.15-13.00 h, 5-mal

vierzehntäglich

ipso! Bildung AG, Elisabethenanlage 9, Basel

Kurspreis: CHF 130.00