



LINK MOVES®

Gehirnfitnesstraining

ZERTIFIKAT

LINK MOVES®-GehirnfitnesstrainerIn

Herr Peter Bender hat an der 3-tägigen Trainerausbildung **LINK MOVES®-Gehirnfitnesstraining Modul 1 (Basic)** teilgenommen. Die Lehrprobe wurde erfolgreich abgelegt.

Folgende Kursinhalte wurden vermittelt:

In der Theorie:

- Unser Gehirn, die Schaltzentrale des Körpers
- Das Gehirn in der Reizüberflutung
- Die emotionale und rationale Gehirnhälfte
- Dominanzprofil und der Umgang mit Stress

In der Praxis:

- Spezielle koordinative und kognitive Bewegungsübungen, die gezielt die Vernetzung der Gehirnareale ansprechen, Stress abbauen und die Konzentration steigern
- Kursstundenaufbau

Stuttgart, 12.10.2019

LINK MOVES GmbH
Urbanstraße 53
70182 Stuttgart

Heidrun Link
Geschäftsführerin LINK MOVES GmbH