

Workshop Brain-Gym®
(Brain-Gym® I und Brain-Gym® II)

Brain-Gym® ist eine Selbsthilfemethode für leichtes Lernen, sowohl im schulischen Bereich als auch im Alltag, ebenso wie persönliche Entwicklungs- und Veränderungsprozesse bei Personen jeden Alters. Stress verursacht Blockaden im Körper und im Gehirn, was uns ein Erreichen unserer Ziele, bzw. den Lernprozess, erschwert. Mit sehr einfachen Übungen und Bewegungsbilanzen werden die zentralen Gehirnfunktionen so aktiviert und integriert, dass Lernen wie selbstverständlich geschehen kann. Brain-Gym® kann an einem selbst angewendet werden und auch mit Anderen geübt werden.

Inhalt Brain-Gym® I:

Die fünf Schritte für leichtes Lernen
Wie Brain-Gym® funktioniert
Was Brain-Gym® so wirksam macht
Muskeltesten und Noticing
Brain-Gym® Bewegungsübungen
Aktionsbilanzen für positive Haltung, Sehen, Hören, Schreiben und Körperbewegung
Dennison's Lateralitäts-Neubahnung

Inhalt Brain-Gym® II:

Brain-Gym® Bewegungsübungen
Aktionsbilanzen für die Dimensionen der Lateralität, der Zentrierung und des Fokus
Drei Dimensionen-Neubahnung
Integration von Emotionen
X-Span Balance

Zielgruppe:

Pflegepersonal und Betreuungspersonen, pflegende Angehörige, ältere Menschen, Interessierte;
Alter ab 15 Jahren; keine Vorkenntnisse notwendig.

Referentin:

Zamal Melitta Huber, Brain-Gym®-Instruktorin, Kinesiologin, Energetikerin und Reiki-Meisterin

Termine:

Brain-Gym® I:	Samstag, 25. September 2010	8:30 ó 18:00
	Sonntag, 26. September 2010	9:00 ó 18:00
Brain-Gym® II:	Samstag, 09. Oktober 2010	8:30 ó 18:00
	Sonntag, 10. Oktober 2010	9:00 ó 18:00

Ort:

Eden-Alternative® Institut
Bräuhausgasse 3-5/7, 1050 Wien

Kosten:

þ 280,-- Brain-Gym® I; þ 280,-- Brain-Gym® II;
Kurskosten inkl. Kursmaterial und Zertifikat

Anmeldung:

zamalreiki@yahoo.com.mx

Tel. 0680/31 67 693