

26-CHK020 - Brain Gym® 1

Beginn Freitag, 13.02.2026

Preis 300,00 €

Dauer 2 Tage

Brain-Gym® ist der bekannteste Teil der Edu-Kinestetik® und bedeutet Gehirngymnastik. Du erlernst die pädagogische Grundlagenmethode der Kinesiologie, die vorwiegend zum Verbessern von Gedächtnis- und Lernleistungen sowie dem Optimieren von Lernprozessen aller Art eingesetzt wird. Die angewandten Techniken können helfen, Stressauswirkungen zu vermindern, sowie mögliche Lernblockaden zu erkennen und zu bearbeiten. Zentrale Gehirnfunktionen werden durch Bewegungsbilanzen aktiviert und damit kann Lernen wieder zu einem natürlichen und selbstverständlichen Geschehen werden. Brain-Gym® ist geeignet für Kinder und Erwachsene jeden Alters. Wesentliche Arbeitsfelder sind z.B. Probleme der Auge- Hand- Koordination, Handicap mit Rechts- Links-Schwächen, erschwertes Zuhören und Erfassen von Lerninhalten, Ausdrucksschwierigkeiten, Konzentrationsmängel, Vergesslichkeit und geschwächtes Selbstwertgefühl. Im Kurs erlernst du Techniken, um sie mit Betroffenen in Einzeltherapie oder Gruppenarbeit anzuwenden. Brain-Gym® ist eine Methode der begleitenden Kinesiologie und setzt keine Heilerlaubnis voraus.

Inhalte:

Grundlagen des Brain-Gym®

Die fünf Schritte des Lernens

Muskeltest und Selbstwahrnehmung

Lernstile

Entwickeln persönlicher Ziele

Brain-Gym® – Bewegungsübungen

Eigenständiges Balancieren

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
13.02.2026	09:00 - 18:00 Uhr	Limbach-Oberfrohnna , Chemnitzer Str. 19
14.02.2026	09:00 - 18:00 Uhr	Limbach-Oberfrohnna , Chemnitzer Str. 19