

Mental fit durch Bewegung- Bewegungsspiele im Ganzheitliches Gedächtnis- training

Fortbildung zur
Zertifikatsverlängerung
Gedächtnistrainer*innen
(BVGT)



Mai 2024
Osnabrück

Katholische Erwachsenenbildung
Große Rosenstr. 18
49074 Osnabrück

Mental fit durch Bewegung- Bewegungsspiele im Ganz- heitlichen Gedächtnstraining

Fortbildung zur Zertifikatsverlängerung von
Gedächtnstrainer*innen (BVGT)

Wir alle wissen, dass Bewegung gesund ist. Wie aber kommt es, dass Bewegung auch die geistige Leistungsfähigkeit verbessert? Was passiert eigentlich in unserem Gehirn wenn wir uns bewegen und warum ist das nicht nur für den Körper, sondern auch für die geistige Fitness von Vorteil? Wieso macht Bewegung beispielsweise eher schlau als schlank?

In dieser Fortbildung erfahren Sie welche Auswirkungen Bewegung auf das Gehirn hat und welche Konsequenzen sich daraus ergeben. Teilnehmer, die Bewegungsangeboten eher ablehnend gegenüber stehen, bekommen hier überzeugende Argumente für mehr Bewegung im GGT-Kursangebot und im Alltag.

Diese Fortbildung über 12 UE vermittelt theoretische Erkenntnisse aus medizinischer, naturwissenschaftlicher und psychologischer Forschung, wobei auch der praktische Aspekt hier nicht zu kurz kommen wird. Zahlreiche Bewegungsspiele, die im GGT zur körperlichen und geistigen Aktivierung eingesetzt werden können, runden das Angebot ab.

| | |
|----------------|--|
| Ref. | Dr. Michaela Waldschütz |
| Termin | Do. 23.05.2024, 09:00 bis Fr. 24.05.2024, 13:00 Uhr |
| Ort | Kath. FABI / KEB Osnabrück Große Rosenstr. 18, 49074 Osnabrück |
| Kosten | 275 € (In den Kurskosten sind die Ver- pflegung und die Verwaltungsgebühr des BVGT enthalten.) |
| Kontakt | Kath. Erwachsenenbildung Osnabrück Große Rosenstr. 18, 49074 Osnabrück Birgit Lemper Tel. 0541 35868-73 www.keb-os.de / info@keb-os.de |

Die ausführliche Datenschutzerklärung finden Sie unter www.keb-os.de.

Anmeldung (auch online möglich)

Hiermit melde ich mich an zum Kurs
**Mental fit durch Bewegung-Bewegungsspiele im
Ganzheitliches Gedächtnstraining (ZOKA4009)**

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon/Handy

E-Mail

SEPA-Lastschriftmandat

KEB Osnabrück, Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück
Gläubiger ID: DE07 ZZZ 0000 0461 755. Die Mandatsreferenz setzt sich zusammen aus dem Kürzel „KEB“ und Ihrer TN-Nr.; im Feld Verwendungszweck finden Sie folgende Angaben: Kursnummer, TN-Name, TN-Vorname, Kurstitel. Ich ermächtige die KEB, Zahlungen von meinem Konto mittels einmaliger Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der KEB auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name des Kontoinhabers

IBAN DE _ _ _ _ _

Ich nehme zur Kenntnis, dass meine Daten ausschließlich zum Zwecke der Kursverwaltung gespeichert werden.

Datum Unterschrift