

Neues aus der VIVATAS-Akademie

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Achten Sie auf ausgewogenes Essen, um gesund zu bleiben? Treiben Sie regelmäßig Sport, um körperlich fit und beweglich zu bleiben? Putzen Sie sich täglich die Zähne, um Karies und Parodontose vorzubeugen? Und was tun Sie für Ihre geistige Fitness?

Um die mentale Leistungsfähigkeit unseres Gehirns zu erhalten und zu stärken, brauchen wir regelmäßiges, intelligentes Fitnessstraining mit vielseitigen, ausgewogenen Anregungen.

Unser Gehirn hat erstaunliche Fähigkeiten. Doch wir nutzen nur einen Bruchteil dieser enormen Kapazität.

Der Kurs "Bewegt denken - ganzheitliches Gedächtnistraining für Körper, Geist und Seele" aktiviert beide Gehirnhälften und verknüpft auf spielerische Weise Sinneswahrnehmung, Konzentration und Aufmerksamkeit mit leichter Bewegung. Das führt zu einer spürbaren Verbesserung Ihrer geistigen Fitness.



Aufgabe !

Wo steckt der Wurm im Apfel?

Quelle: Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

Gewinnen Sie eine Schnupperstunde !

Aufgabe

Den Wortteilen ein Zahlwort voranstellen, sodass sinnvolle Wörter entstehen.

 11 meter - 7 punkt = 4 taktmotor

 fel x beiner = erbahn

 uhrtee + deutig = bürgen

 schaft x erkarte = sassa

Addieren Sie alle Ergebnisse (inkl. Beispiel) und senden Sie die Lösung an: VIVATAS GmbH, Lichterfelder Str. 1-4 in 16227 Eberswalde. Einsendeschluss ist der 06.08.2010. Kursbeginn ist am 03.09.2010, 9.00-10.30 Uhr. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Zehn gute Gründe für regelmäßiges Gedächtnistraining:

- 1 Ein gutes Gedächtnis ist Voraussetzung für Wissen u. Bildung.
- 2 Sie stärken Ihre Wahrnehmungsfähigkeit und Auffassungsgabe.
- 3 Sie verbessern Ihre Ausdrucksfähigkeit.
- 4 Sie erhöhen Ihre Konzentrationsfähigkeit.
- 5 Ganzheitliches Gedächtnistraining beflügelt Ihre Fantasie.
- 6 Sie entfalten Ihre Kreativität.
- 7 Sie erhöhen die Schnelligkeit Ihres Denkens.
- 8 Sie bleiben geistig flexibel.
- 9 Sie steigern Ihre Merkfähigkeit.
- 10 Sie können sich Ihren Alltag erleichtern.