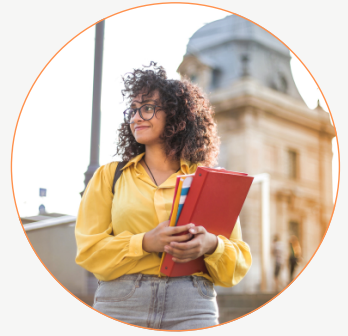


Brain Gym® 1 + 2

Dein Weg zu Leichtigkeit und klaren Gedanken



Stell dir vor, du startest deinen Tag mit einem klaren Kopf, innerer Ruhe und neuer Energie. Du kannst dich leichter konzentrieren, gehst gelassener mit Herausforderungen um und fühlst dich wieder mehr in deiner Mitte.

Brain Gym® 1 + 2 verbindet Bewegung, Wahrnehmung und kinesiologische Balancen zu einem ganzheitlichen Ansatz, der dich im Alltag, beim Lernen und Arbeiten unterstützen kann.

Du lernst den kinesiologischen Muskeltest kennen und erfährst Schritt für Schritt, wie eine Aktionsbalance aufgebaut und durchgeführt wird. Außerdem entdeckst du die 26 Brain Gym®-Bewegungen und erfährst, wie du sie unkompliziert in deinen Alltag integrieren kannst.

Das kannst du für dich mitnehmen:

- ✦ Stress abbauen und leichter zur Ruhe finden
- ✦ Konzentration, Wahrnehmung und Kommunikation stärken
- ✦ Lernen und Arbeiten mit mehr Freude und Leichtigkeit erleben
- ✦ Neue Energie und mehr Gelassenheit im Alltag gewinnen



Ob für dich selbst oder als Bereicherung für deine Arbeit mit Menschen – Brain Gym® schenkt dir neue Möglichkeiten, die dich dabei unterstützen können, mit mehr Klarheit, Balance und Freude durchs Leben zu gehen.

***Brain Gym® ist einfach, alltagstauglich und lädt dich ein,
deine Möglichkeiten mit Freude zu entdecken.***

Kurs Details

Wann: BG 1: 13. - 14.11.2026 &

BG 2: 18. - 19.12.2026

Freitag 13 - 21 Uhr und Samstag 9 - 17 Uhr

Wo: 6522 Prutz, Auweg 2

Kosten: je Modul € 330,00 inkl. Skript

Erika Krismer
Kinesiologin & Masseurin

Auweg 2, 6522 Prutz

Tel. +43 676 4318954

info@kinesiologie-erikakrismer.at, www.kinesiologie-erikakrismer.at