



Workshop

MAT-Tag

auf dem Zürnshof

Besser konzentrieren – schneller denken – weniger vergessen – mehr Gelassenheit
Wie können wir unsere Potentiale leichter abrufen? Mit mentaler Aktivierung!

Als geistiger Fitmacher erhöht Mentale Aktivierung die Leistungsbereitschaft des Gehirns in nur kurzer Zeit und trägt zu mehr Wohlbefinden und Selbstvertrauen bei. Geistige Potentiale werden geweckt und können besser genutzt werden, um alltägliche Anforderungen in Beruf und Alltag souverän zu meistern. Mentale Aktivierung – MAT ist eine fundierte und praxiserprobte Methode, die gezielt kognitive Grundfunktionen trainiert und wie ein Konditionstraining für den Kopf wirkt.

Dieser Workshop ist für Einsteiger und Fortgeschrittene, die Teilnehmer erlernen in der praktischen Anwendung und spielerisch einfach durchzuführende Übungen, die sie sofort in ihren Alltag integrieren können.

Freue dich auf einen inspirierenden Tag!

- Wann: Sonntag, 25.10.2020 von 10.00 – 17.00 Uhr
- Oder Termin nach Absprache für Gruppen ab 6 Personen
- Kosten: 95,00 € - inkl. Übungsmaterial und Verpflegung
- Veranstalterin: Petra Michaelis, MAT-Trainerin - www.michaelis-gehirntraining.de
- Infos und Anmeldung: info@michaelis-gehirntraining.de oder 04207 697945
- Wo:

Zürnshof
Seminar
Hassendorf
haus

Worthstraße 1a, 27367 Hassendorf

