



MAT- Kursangebote Herbst 2023 / Frühjahr 2024

Fitness für den Kopf - Mentale Aktivierung MAT

Einstiegskurse für Interessierte ohne Vorkenntnisse oder als Wiederauffrischung

Für Interessierte, die fundiert und mit Spaß mehr für ihre geistige Fitness tun möchten. Im Mittelpunkt steht die erfolgreiche Methode der Mentalen Aktivierung – MAT. Die Teilnehmenden erlernen, wie wir einfach und mit schnellem Erfolg unsere Leistungspotentiale besser nutzen können. Gezielt werden Grundfunktionen des Gehirns gestärkt und beste Voraussetzungen geschaffen, um sich besser zu konzentrieren, schneller zu denken und weniger zu vergessen.

Wann:	Montag 10.30 – 12.00 Uhr
Kurs Nr. 2304:	20.11. 27.11. 04.12. 11.12.2023 Anmeldung bis 13.11.2023
Kurs Nr. 2401:	15.01. 22.01. 29.01. 05.02.2024 Anmeldung bis 05.01.2024
Wo:	im Familiengarten Oyten, Jahnstr. 4
Teilnehmerzahl:	max. 12
Kursgebühr:	Mitglieder Kneipp-Verein Oyten € 58,00 Nichtmitglieder € 70,00 (inkl. MAT-Übungsbuch)
Anmeldung:	https://www.kneipp-verein-oyten.de/anmeldung-online/