## C3183B Life Kinetik® Gehirntraining durch Bewegung

Beginn	Freitag, 09.01.2026, 11:15 - 12:15 Uhr	
Kursgebühr	72,00 €	
Dauer	6 Termine	
Kursleitung	Annette Singer	
Kursort	GA, vhs BZ V 1.04, Telschowstr. 5-7, 85748 Garching	

Life Kinetik® nutzt Ihren Körper, um die Reserven Ihres Gehirns zu entfalten. Durch unterhaltsame, visuelle und koordinative Aufgaben für Ihren Körper wird Ihr Gehirn gezwungen, neue Verbindungen zwischen den Gehirnzellen zu schaffen. Dieses Training ist körperlich kaum belastend und unterstützt jeden, egal welchen Alters und Fitnessgrads bei seiner persönlichen Entwicklung. Die Kurse sind für Anfänger:innen und Fortgeschrittene geeignet. Viele aktive Hochleistungssportler:innen wenden Life Kinetik® erfolgreich an.

## **Termine**

Datum	Uhrzeit	Ort
09.01.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, Raum V 1.04
16.01.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, Raum V 1.04
23.01.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, Raum V 1.04
30.01.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, Raum V 1.04
06.02.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, Raum V 1.04
13.02.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, Raum V 1.04

zur Kursdetail-Seite