

## D3182 Life Kinetik® Gehirntraining durch Bewegung

Beginn	Freitag, 06.03.2026, 09:30 - 10:30 Uhr
Kursgebühr	72,00 €
Dauer	6 Termine
Kursleitung	Annette Singer
Kursort	UF, vhs, V1.13, Kleiner Tanzsaal, Am Bahnhof 13, 85774 Unterföhring

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.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
06.03.2026	09:30 - 10:30 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
13.03.2026	09:30 - 10:30 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
20.03.2026	09:30 - 10:30 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
27.03.2026	09:30 - 10:30 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
17.04.2026	09:30 - 10:30 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13
24.04.2026	09:30 - 10:30 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Tanzsaal, V1.13

[zur Kursdetail-Seite](#)