

D3183 Life Kinetik® Gehirntraining durch Bewegung

Beginn	Freitag, 13.03.2026, 11:15 - 12:15 Uhr
Kursgebühr	72,00 €
Dauer	5 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
13.03.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, Raum V 1.04
20.03.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, Raum V 1.04
27.03.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, Raum V 1.04
17.04.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, Raum V 1.04
24.04.2026	11:15 - 12:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, Raum V 1.04

[zur Kursdetail-Seite](#)