

Gedächtnistraining mit Bewegung – auch für Long Covid-Patienten geeignet

Stehen Sie manchmal in einem Raum und wissen nicht, was Sie da wollten? Haben Sie manchmal Schwierigkeiten, sich Name oder Geburtstage zu merken? Da geht es Ihnen nicht allein so.

In diesem Kurs wird eine Kombination aus Gedächtnis- und Bewegungstraining angeboten. Diese ermöglichen es, ohne besondere körperliche und geistige Voraussetzungen innerhalb kürzester Zeit erstaunliche Fortschritte zu erzielen. Das Training ist vielfältig und einfach anzuwenden. Vor allem wichtig: Es bringt sehr viel Spaß und gute Laune!