

Life Kinetik®

**Einfach, sportlich, spaßig, sensationell –
Gehirnjogging durch Bewegung**

Bereits mit **einer Stunde
Training pro Woche** verbessern
Sie auf höchst amüsante Weise:

- **Wahrnehmung**
- **Reaktionszeit**
- **Konzentration**
- **Aufnahmekapazität**
- **Aufmerksamkeit**
- **Stressresistenz**
- **Leistungsvermögen**

Durch visuelle und koordinative Aufgaben werden mit Life Kinetik® Vernetzungen im Gehirn geschaffen. Damit Sie im Beruf, in der Schule, beim Sport und im Alltag leistungsfähiger sind. Ganz egal, ob Sie 5 oder 99 Jahre alt sind!



Life Kinetik®

Im Business

Egal ob Mitarbeiter oder Manager.
Die Kapazitäten unseres Gehirns werden
nur ansatzweise genutzt.

„Vernetzen“ Sie sich neu!

Mit dem einzigartigen Bewegungsprogramm
setzen Sie Reize im Gehirn und regen damit
neue Verbindungen an.

Mit Life Kinetik® behalten Sie trotz Stress
den Blick für`s Wesentliche.

Life Kinetik® eignet sich auch optimal
als langfristige Teambuilding-
Maßnahme.

Für Senioren

Life Kinetik®-Kurse speziell für Senioren
Auch im Sitzen

Sie wünschen ein sanftes Bewegungsprogramm?

Bis ins hohe Alter spüren Sie mit dem
besonderen Training Verbesserungen bezüglich:

- Gedächtnisvermögen · Gleichgewichtssinn
- Wahrnehmung · Orientierung

In kleinen Gruppen erhalten Sie auf höchst
amüsante Weise Ihre geistige Flexibilität.

*Ich komme gern auch zu Ihnen nach Hause
oder in Ihre Einrichtung.*

Im Sport

Im Spitzensport etabliert, steigern auch Sie mit
Life Kinetik® Ihre Leistungsfähigkeit!

Körper und Geist machen einen Sportler aus.

Koordinative Fähigkeiten sind Voraussetzung für
motorisches Lernvermögen. Life Kinetik® kennt
nahezu keine Grenzen und schult Körper und Geist
gleichermaßen.

Anders als klassischer Denksport setzt Life Kinetik®
auf körperliche Aktivität.

Mit Life Kinetik® optimieren Sie Ihre Effizienz,
Bewegungsabläufe und Koordination.

Für Kinder

Durch Bewegung und Lachen
zu mehr Selbstbewusstsein

Konzentrationschwierigkeiten? Zappelphilip? LRS?

Life Kinetik® nutzt den natürlichen
Bewegungsdrang und mobilisiert spielerisch
Ressourcen im Gehirn.

Mit viel Spaß im Life Kinetik®-Bewegungs-
training verbessert sich die Lernfähigkeit,
Konzentration und nicht zuletzt
das Selbstbewusstsein.

Life Kinetik®

Aktuelle Informationen

„Vernetzen“ Sie sich neu!

Lernen Sie Life Kinetik® auf einer „Schnupper Party“ oder Informationsveranstaltung kennen. Auch in Ihrem Unternehmen oder Ihrer Einrichtung möglich.

mit Life Kinetik® Trainerin Frau J. Hilber

Kursangebote finden Sie auf www.hilber-lifekinetik.de oder www.facebook.com/hilber.lifekinetik.

Kontakt: info@hilber-lifekinetik.de, Tel. 01575 8040034