



ANGEBOT**

«**BRAIN-GYM**»

Gedächtnistraining für Seniorinnen und Senioren



**Jeweils freitags, 15 bis 16 Uhr
Im Schlossschulhaus,
Schlossstrasse 56
Eine Lektion kostet 10 CHF**



Brain-Gym ist sanfte Gymnastik für das Gehirn. Mit speziell entwickelten, leicht auszuführenden Übungen werden beide Gehirnhälften aktiviert und miteinander vernetzt. Das kann die Konzentration verbessern, die geistige Leistungsfähigkeit stärken und das Lernen erleichtern.

Ab 16 Uhr gibt's Kaffee und Kuchen.

Auskunft: Rosa Calicchio, Leiterin Brain-Gym-Kurs,
079 376 63 64, www.senioren-brain-gym.com