Achtung Eltern im Homeoffice und Schüler im Homeschooling!!
In diesem Kurs lernen Sie Bewegungsübungen aus der Kinesiologie kennen und praktisch anwenden, mit deren Hilfe Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit verbessern, Prüfungsängste abbauen und Ihre Energie ins Fließen bringen, für motiviertes, effektives Lernen. Sie erfahren, wie Ihr Gehirn arbeitet und wie Sie die wichtigsten Schaltstellen zwischen Gehirn und Körper direkt ansprechen und nutzen können, um Ihr volles Potential auszuschöpfen. Mit einfachen, gezielten Körperübungen Ihr Gehirn „online“ schalten, möglichen Stress abbauen und sich fit machen für kreatives Denken und flotte Aufgabenerledigung.