

Denken & Bewegen



Fitness für Körper und Geist

durch vielfältige Bewegungsübungen verbunden mit Denkaufgaben werden unterschiedliche Gehirnstrukturen aktiviert:

- **Erlernen neuer koordinativer Fähigkeiten**
 - **Anregung der Sinne**
- **leichteres Merken von Bewegungsabfolgen**
 - **Förderung von Konzentration**
 - **Entspannung von Körper und Geist**

10 x Donnerstags

von **10:15** bis **11:15** Uhr

TSV-Gymnastikraum

Beginn: 04. Oktober 2018

auch Nichtmitglieder (70€ TN-Gebühr) sind herzlich
willkommen



Übungsleiterin:

Monika Heimerl

Gedächtnistrainerin (BVGT)

Anmeldung in der Geschäftsstelle des TSV
ab dem 26. September 2018

persönlich oder per Email tsv-tutzing@web.de

unter dem Kennwort: D&B 2018-2