

# IHR GEHIRN KANN MEHR ALS SIE GLAUBEN

## Das motivierende Gedächtnis- und Hirntraining



Dieses Seminar gibt Ihnen einen interessanten und spannenden Einblick in die Funktionsweise des menschlichen Gehirns. Ein ausgewogenes Arrangement aus Theorie und praktischen Übungen lässt Sie bereits innerhalb kürzester Zeit über Ihre eigenen Lernfähigkeiten staunen. Sie bekommen Werkzeuge an die Hand, mit denen Sie Ihre mentale Fitness und die Effizienz Ihrer Gedächtnisleistung optimieren können.

Sie lernen, Ihr Gehirn wie einen Muskel zu trainieren, damit es Ihnen jetzt und in Zukunft bestens zur Verfügung steht. Ganz nebenbei schulen Sie Ihre Aufmerksamkeit, Wahrnehmung, Intuition und Intelligenz. Sie lernen, Ihre Gedanken zu bündeln, und sich auf die wesentlichen Dinge zu konzentrieren.

### Inhalte:

- Einblick in Aufbau und Funktion des menschlichen Gehirns
- Übungen zur Synchronisation der beiden Gehirnhälften
- Bilderdenken, Assoziationstechniken, Visualisierungsübungen
- Gehirn und Ernährung, Gehirn und Bewegung, Gehirn und Gedanken
- Praktische Übungen zum besseren merken von Namen, Gesichtern, Zahlen, Daten, Fakten, To-Do-Listen, Gesprächs- und Vortragsinhalten
- Nützliches aus den Erkenntnissen der aktuellen Gehirnforschung
- Tipps zum Lernen von Vokabeln und Fachbegriffen
- Transfer in die Alltagssituation der Teilnehmer
- Motivation für lebenslanges Lernen

### Methoden:

- Vortrag, Einzel- und Gruppenarbeit, Videoeinspielungen
- Entspannung, Visualisierung, NLP, Mentaltraining,
- Kinesiologie, Gehirngymnastik, Jonglage

### Ihr persönlicher Nutzen:

- Inspiration, Motivation und Erfolgserlebnisse
- Sie gewinnen mehr Vertrauen in Ihre Gehirnpotenziale
- Besser denken, mehr Freude am Lernen, gezielt erinnern



### IHR KOMPETENTER TRAINER

### Thomas Drach

- 26 Jahre Berufserfahrung als Gedächtnis- und Gesundheitstrainer
- Kooperation mit führenden Unternehmen in Deutschland
- Heilpraktiker und GesundheitsCoach
- Musiker und Lebenskünstler
- Autor des Buches „Forever Clever“ -  
Das Rundumprogramm für die geistige Fitness