



## Denken und Bewegen



Foto: privat

### Gehirntraining zu Fuß

Bewegung in der frischen Luft und gleichzeitig Denkaufgaben ohne Leistungsdruck absolvieren - so bleiben wir körperlich und geistig fit. Stöcke können zur Unterstützung mitgenommen werden, müssen aber bei Übungen zwischendurch zur Seite gelegt werden. Bitte an wetterfestes Schuhwerk und Bekleidung denken.

Termin: **jeweils Dienstag ab 7. Mai 2019, 5 mal  
17:00 - 18:00 Uhr**

Treffpunkt: **Parkplatz beim Tennisplatz Steyregg**

Beitrag: **Euro 40,-**

Leitung: **Astrid Gaisberger**  
Gedächtnis- und Bewegungstrainerin, Brainwalking-Instructor

Nähere Infos und Anmeldung bis spätestens 30.4.2019  
Tel.: 0664/7379 1828 oder [info@geistigaufbluehen.at](mailto:info@geistigaufbluehen.at)

