

FIT im Kopf

Neuer Schwung für Ihre grauen Zellen!

21. Oktober 2017

Intensivseminar von Frauen für Frauen



Silvia Ferstl



Regine Fischer

Wenn Sie...

- **wissen wollen, wie Sie Ihr Gedächtnis auch in Zukunft fit halten ...**
- **Ihre Merkfähigkeit steigern wollen...**
- **stressfrei und mit Spaß etwas für Ihr Gedächtnis tun wollen...**

... dann sind Sie bei uns genau richtig!

Gerhardshofen - zwischen Neustadt/Aisch und Höchstadt -

**Gönnen Sie sich einen inspirierenden Tag
in attraktivem Ambiente!**

www.regine-fischer.de

Seminar: 21. Oktober 2017 von 9.00 – 17.30 Uhr

Dialog Zentrum Franken, 91466 Gerhardshofen, Wassergasse 10

Frühbucherpreis: 59 € (bei Anmeldung und Zahlung bis 09. August 2017), Normalpreis 69 €, Preis incl. MWST

Verpflegung: Für Snacks, Kaffee und Tee ist gesorgt

Teilnehmerzahl: Maximal 12 Personen

Seminarunterlagen: Sind im Preis enthalten

Ihre Trainerinnen:

Silvia Ferstl

Dipl.-Sozialpädagogin (FH)

- Konzentrations- und Gedächtnistraining
- Lerntherapie
- Stressmanagement mit Autogenem Training

Regine Fischer

Dipl.-Betriebswirtin (FH)

- Wirtschaftsmediation, Coaching
 - MAT-Trainerin (Mentales Aktivierungs-Training)
 - Stressmanagement mit Progressiver Muskelentspannung
-

Mit dem **Intensivseminar „FIT im Kopf“** vermitteln wir Ihnen, wie Sie sich durch einfache Übungen besser konzentrieren, Informationen schneller aufnehmen und leichter merken können. Im Zentrum des Seminars steht MAT – ein Mentales Aktivierungstraining, ergänzt durch Merktechniken und kurze Entspannungseinheiten. Sie bekommen wertvolle Informationen und Tipps rund ums fitte Gehirn und Sie erfahren, wie Sie Ihre Glückshormone aktivieren können.

Erleben Sie mit uns einen inspirierenden Tag in attraktivem Ambiente!

Anfragen und Anmeldung:

silvia.ferstl@t-online.de
0175 4025 469

info@regine-fischer.de
09187 6482