KEB Katholische Erwachsenenbildung in Stadt und Landkreis Passau e.V.

Life-Kinetik®-Kurs

für alle, die ihrem Gehirn mal Beine machen wollen



Bildnachweis:
Ingrid Hess

Kurs mit 6 Terminen am Mittwoch, 14.10., 21.10., 28.10., 11.11., 18.11., 25.11.2026, jeweils 18.30 - 19.15 Uhr

Du wirfst einen Ball, machst einen Schritt zur Seite, zählst rückwärts und sollst dabei noch die richtige Hand heben? Klingt unmöglich? Perfekt - genau dann beginnt dein Gehirn zu lernen!

Life Kinetik® verbindet Bewegung mit kniffligen Denkaufgaben. Es geht nicht darum, alles richtig zu machen. Im Gegenteil: Denkfehler und Lachanfälle gehören zum Training dazu.
Warum mitmachen?
- Bring deine Synapsen auf Trab
- Trainiere Koordination, Konzentration und Reaktion
- Lache über Denk- und Bewegungschaos-Momente
- Erlebe Bewegung ganz ohne Leistungsdruck
- Entdecke, wie viel Spaß Gehirntraining machen kann

Egal ob sportlich oder eher Couch-Profi - mitmachen kann jede und jeder.
Vorkenntnisse? Brauchst du nicht. Neugier reicht völlig!

Warnhinweis
Kann zu guter Laune, überraschenden Aha-Momenten und einem fitteren Kopf führen.

Komm vorbei und probier's aus!

Ort
Passau, Begegnungsstätte, Domplatz 3

Referentin
Ingrid Hess, Psychologische Beraterin, Burnout Beraterin, Life Kinetik® Coach, Trainerin für Progressive Muskelentspannung, Kinderentspannung und Autogenes Training

Kosten
30 Euro

Anmeldung
0851/393-4501 oder keb.passau@bistum-passau.de

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2026-07-23 11:45:52

Tel. (0851) 393-4501
keb.passau@bistum-passau.de

www.keb-passau.de