

Futter für's Gehirn- Unterhaltsames Gedächtnistraining

„Futter für's Gehirn“ bietet der Gedächtnis-Großmeister, Jürgen Petersen, in seinem Informationsvortrag am Dienstag, den 03. März 2015 im motion-center Holger Otto, Büsumer Str. 32-36.



Auf unterhaltsame aber durchaus effektive Art und Weise gibt der ursprüngliche Landwirt, Marathonläufer,

Kommunikationstrainer und Gedächtnisgroßmeister Ratschläge, wie man zu geistigen Höchstleistungen gelangt. Dabei werden selbst große Datenmengen dem Gehirn so angeboten, dass man es sich nahezu sicher merkt.

Und so funktioniert es: jede Zahl von eins bis zehn erhält einen Platz in einem bekannten Raum. So geht man beispielsweise in Gedanken durch sein Wohnzimmer, die Zahl eins ist der Fernseher, Zahl zwei die Zimmerlinde, die drei Uromas-Standuhr usw. Die Zahlen werden auswendig gelernt und bleiben ewig bestehen. Möchte man sich beispielsweise eine Pin-Nummer merken, hat man auf diese Art vier Orte, an denen die Zahlen gedanklich abgelegt wurden – je

phantasievoller die Orte um so besser.

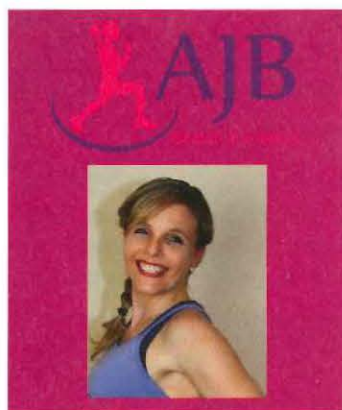
Während des Informationsvortrags gibt Jürgen Petersen Anleitung, die eigene Merkleistung sofort zu vervielfachen. Einkaufslisten, Namen, Telefonnummern und viele Dinge aus dem täglichen Alltag lernt man „ganz nebenbei“.

Beginn des Erlebnisabends ist um 18.00 Uhr. Die Teilnahmegebühr beträgt € 10,-. Um Anmeldung wird gebeten unter Telefon: 04331 4670 -0.



- Ästhetische Zahnheilkunde
- Implantologie
- Kinderzahnheilkunde
- Parodontosebehandlung
- Prävention/Prophylaxe
- Zahnersatz/Prothetik

Zahnarztpraxis
Thomas Wobser
Neue Siedlung 1
24790 Schacht-Audorf
Telefon: 04331 · 949094
www.zahnarzt-wobser.de



AJB Health&Fitness

Alexandra Broll
Personal Trainer & Heilpraktikerin

Industriestr. 1A 24790 Schacht-Auorf
Tel.: 04331 / 6640471

www.ajb-healthfitness.com
info@ajb-healthfitness.com

Facebook: AJB Health&Fitness

motion - center



Futter für's Gehirn

unterhaltsames
Gedächtnistraining

-Erlebnisabend-

Dienstag, 03.03.2015
18:00 Uhr

Info und Anmeldung:
04331 4670 -0
Teilnahmegebühr: € 10,00

Büsumer Str. 32-36 fon: 04331 4670 -0
24768 Rendsburg fax: 04331 4670 -16
www.motion-center.de

Wohlbefinden und Wellness der besonderen Art



In der Praxis für Begleitende Kinesiologie & Wellness – Petra Clasen wird Wohlbefinden und Wellness großgeschrieben. Was sich zunächst in einem kleinen Raum auf dem Lande zu Hause in Nienkattbek abspielte, ist jetzt mittlerweile seit einem Jahr auch in Fockbek zu finden. Petra Clasen hat zusätzlich eine Praxis in Fockbek eröffnet, damit sie ihren Klienten nördlich des Kanals die Fahrt durch den Rendsburger Kanaltunnel ersparen kann. Ebenso ist sie in Sachen Kinesiologie & Wellness auch gern mobil unterwegs.

Als Begleitende Kinesiologin bietet sie Beratung/Unterstützung in Sachen Stressmanagement, Lernbegleitung und Gesundheitsprävention an.

Dies beinhaltet auch die Psycho-Kinesiologie, sowie eine ganz besondere Anwendung – die R.E.S.E.T – Kieferbalance. Diese Anwendung hat sich besonders bei starken Verspannungen von Nacken, Rücken und Schultern bewährt, sowie bei Problemen mit dem Kiefer, Migräne/Kopfschmerzen, Zähneknirschen u.v.m.

Als Raindrop Practitioner versucht sie ihren Klienten den Wunsch nach Wellness/Entspannung mit Hilfe der Raindrop Technique® zu erfüllen, wobei 8 verschiedene ätherische Öle zunächst mit der Vitaflex Technik in die Fußsohlen, danach 9 Öle entlang der Wirbelsäule wie Regentropfen auf getropft und mit energetischen Griffen eingearbeitet werden. RT findet bei Verspannungen/Schmerzen (Rücken, Schultern, Nacken, Migräne/Kopfschmerzen) Anwendung, unterstützt das Immun- und Hormonsystem, den Stoffwechsel, etc.

Petra Clasen berät auch in Fragen einzelner Öle und Ölmischungen für den alltäglichen Gebrauch.

Jeden 2. Mittwoch im Monat gibt es einen Infoabend zu den ätherischen Ölen. Der nächste Infoabend ist am 11. März 2015 von 19.00 – 22.00 Uhr in Nienkattbek – um Anmeldung, telefonisch, per Mail oder über das Anmeldeformular (online), wird gebeten.

Wer mehr über die Praxis erfahren möchte, kann sich vorab gerne über die Internetpräsenz informieren - www.pc-kinesiologie.de.

Praxis für Begleitende Kinesiologie & Wellness -

Petra Clasen

Heidkoppel 6, 24808 Nienkattbek Rendsburger Str. 68,

24787 Fockbek

Telefon: 04337/91 97 89,

Mobil: 0176 / 445 73 943,

Mail: info@pc-kinesiologie.de



Beatrix Köpke

alle Kassen

- Manuelle Therapie
- Bobath Erwachsene
- Manuelle Lymphdrainage
- Fango und Massagen
- Hausbesuche

zusätzliche Angebote

- Kinesiotape
- Hawaiianische Massage

Nikolaus-Otto-Straße 8d - 24783 Osterröfeld
Tel.: 04331/123 480 · [praxis@koepke-physiotherapie](mailto:praxis@koepke-physiotherapie.de)