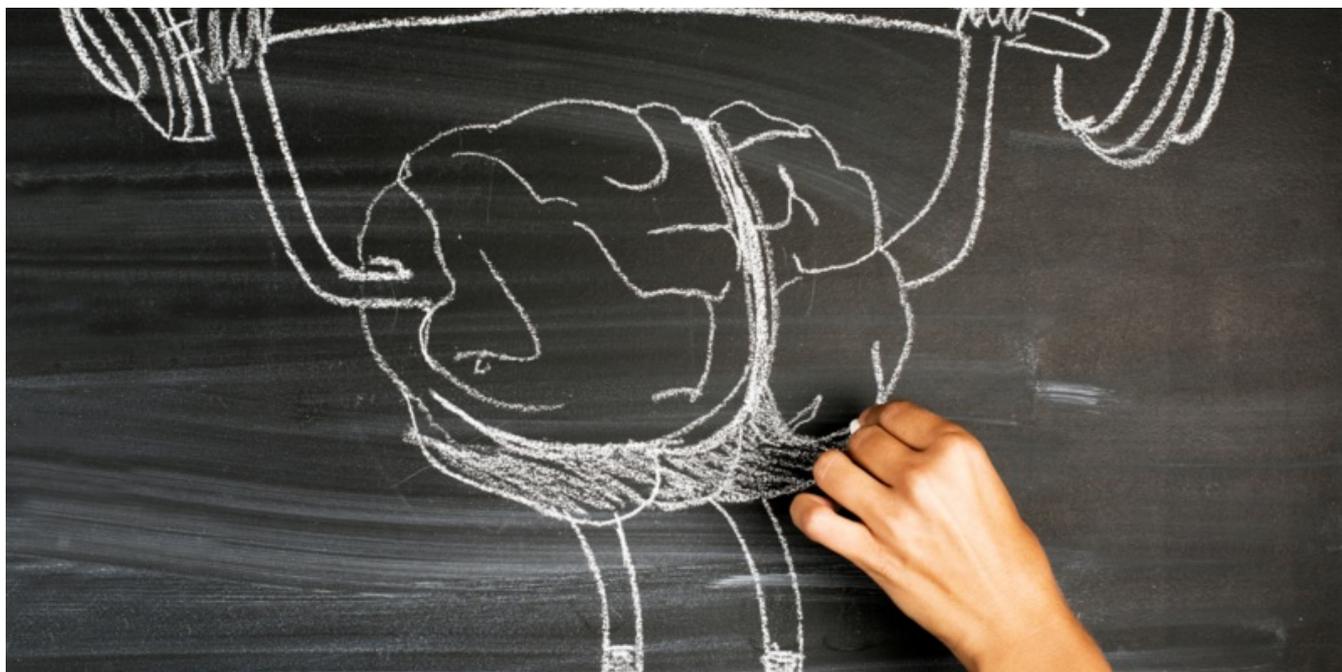


Seminar ohne Übernachtung

## Link Moves® - Gehirnfittesstraining

Stärkt Teamgeist und mentale Fitness



### Seminarbeschreibung

Mit Link Moves - Gehirnfittesstraining erleben Sie ein innovatives Trainingsformat, das Körper und Geist gleichermaßen aktiviert.

Paket-Nummer: 0529755

Region:	📍	Kiel
Teilnehmer:	👤	4 - 20 Teilnehmer
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Dauer:	🕒	90 Minuten
Mögliche Sprachen:	🌐	Deutsch, Englisch
Preis zzgl. MwSt:	💰	ab 250,00 € pauschal

**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

## Seminar ohne Übernachtung

# Link Moves® - Gehirnfittesstraining

Stärkt Teamgeist und mentale Fitness

### Beschreibung

Link Moves verbindet aktuelle Erkenntnisse der Gehirnforschung mit praxisnahen Übungen, die sofort spürbare Effekte haben. Das Training macht Spaß, bringt Sie zum Lachen und führt gleichzeitig zu mehr Klarheit, besserer Konzentration und nachhaltiger Entspannung - im Arbeitsalltag und darüber hinaus.

Unter der Anleitung eines erfahrenen Link Moves® Coaches erlernen Sie spielerische Bewegungsübungen, die gezielt verschiedene Gehirnareale ansprechen und vernetzen. So entsteht ein einzigartiges Trainingserlebnis, das Ihre Konzentrationsfähigkeit steigert, Stress reduziert und das Miteinander stärkt.

### Lernziele

Geistige Aktivität - kreative Aufgaben und neue Bewegungsmuster trainieren das Gehirn.

Soziale Kontakte - gemeinsames Ausprobieren stärkt Teamgeist und Kommunikation.

Körperliche Aktivität - gezielte Bewegungen fördern Koordination, Mobilität und Re

### Wichtige Hinweise

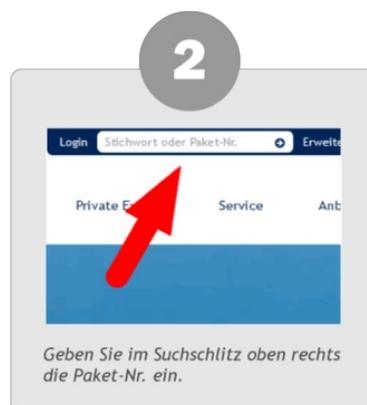
Das Training ist flexibel und lässt sich individuell auf Ihr Team zuschneiden. Sie können ein Impulstraining (2 x 45 Minuten) buchen, um erste Erfahrungen zu sammeln, oder sich für ein Retainer-Programm mit 8 Einheiten à 45 Minuten entscheiden - ideal für nachhaltige Effekte und eine kontinuierliche Förderung.

### Leistungen inkl.

- Impulstraining 2 x 45 Min.

**Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können**

**www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0529755**



**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.