

FÜR ALLE, DIE EIN **GEHIRN** HABEN!


LINK MOVES®
ACADEMY



Freitag, 07.11.2025 bis
Sonntag, 09.11.2025
9:00 bis 17:00 Uhr

WERDE TEIL, BEWEGE ETWAS – ALS **LINK MOVES®** TRAINER*IN

- ✓ QUALITATIV HOCHWERTIGE AUSBILDUNG
- ✓ LINK MOVES® TRAINER*INNEN ZERTIFIKAT
- ✓ NUTZUNG DER MARKE LINK MOVES®
- ✓ NACH § 20 SGB V VON DEN KRANKENKASSEN ANERKANNT

Ausbildung GEHIRNFITNESS- und STRESSBEWÄLTIGUNGS Trainer*in nach LINK MOVES®

Hast Du Spaß an Bewegung und an der Funktionsweise des Gehirns? Möchtest du Menschen dabei helfen, ihre geistige Leistungsfähigkeit zu steigern, an ihrer eigenen Konzentration und Stressbewältigung zu arbeiten?

Möchtest du selbst an deiner Stresskompetenz und Persönlichkeitsentwicklung arbeiten?

Dann werde Gehirnfitness- und Stressbewältigungstrainer*in nach LINK MOVES®! Die Ausbildung eignet sich für nachhaltige und dauerhafte Integration der LINK MOVES®-Übungen in deinen Arbeits-/Schul-/Praxis- und Vereinsalltag oder für deine eigene und individuelle Stressbewältigung.

Während der Ausbildung arbeitest Du an deiner eigenen Stresskompetenz und kannst das Erlernte anschließend an dein Umfeld weitergeben.

LINK MOVES® ist ein stressreduzierendes Gehirnfittnesstraining. Durch gezielte MOVES, gepaart mit kognitiven Aufgaben, werden bestimmte Gehirnareale miteinander verLINKt.

Das führt dazu, dass du und deine Teilnehmenden, unter anderem an der eigenen Stressprävention, Konzentration und Balance arbeiten.

Darauf darfst du dich freuen

- ✓ 3 Tage Präsenzausbildung in Theorie und Praxis
- ✓ Umfangreiches Handout
- ✓ Buch – Gehirn an Stress aus
- ✓ Stressreduzierer-Säckchen mit 2 Bällen und Augenklappe
- ✓ Nutzung der geschützten und registrierten Marke LINK MOVES®
- ✓ Videomaterial – Die wichtigsten theoretischen Fakten
- ✓ Videomaterial – Alle Übungen mit Steigerungsvarianten
- ✓ Tolles Netzwerk und viel Spaß bei der Umsetzung

NUTZEN

- ✓ Stressabbau – Stressprävention
- ✓ Motivations- und Leistungssteigerung
- ✓ Verbesserte Lern- und Konzentrationsfähigkeit
- ✓ Förderung von lösungsorientiertem Denken
- ✓ Verbesserte Problemlösungsfähigkeit
- ✓ Teamentwicklung und verbessertes Arbeitsklima
- ✓ Burnoutprävention

Gemeinsames Lachen garantiert!

INHALTE

- ✓ Definition LINK MOVES®
- ✓ Stressampel
- ✓ Zahlen, Daten, Fakten Schaltzentrale Gehirn
- ✓ Die Gehirnwellen und der gesunde Flowzustand
- ✓ Angstzentrale – Gedächtniszentrale – Dreiteilung Gehirn
- ✓ Stressachse und die wichtigsten Hormone und Neurotransmitter
- ✓ Dominanzen (Hand, Auge, Ohr, Fuß und Gehirnhälfte)
- ✓ Spezielle Bewegungsübungen, die gezielt die Vernetzung der Gehirnareale ansprechen und Stress abbauen

Wann: Freitag, 07.11.2025 bis Sonntag, 09.11.2025

Wo: Gesundheitszentrum, Ulmerstr.41, 73037 Göppingen

Dauer: 3 Tage von 9:00 bis 17:00 Uhr

Kosten: 2.000,00 Euro zzgl. 19 % MwSt.

inkl. einmalige Lizenzgebühr

inkl. Videomaterial

inkl. Handout, Buch und Stressreduzierer-Säckchen



FÜR ALLE, DIE EIN
GEHIRN HABEN!



Anmeldung und
Infos unter:
info@linkmoves.de
Wir freuen uns auf
DICH 😊

**GEHIRN
AN**

WERDE TEIL, BEWEGE ETWAS –
ALS **LINK MOVES®** TRAINER*IN

- ✓ QUALITATIV HOCHWERTIGE AUSBILDUNG
- ✓ LINK MOVES® TRAINER*INNEN ZERTIFIKAT
- ✓ NUTZUNG DER MARKE LINK MOVES®
- ✓ NACH § 20 SGB V VON DEN KRANKENKASSEN ANERKANNT