

Was ist BRAIN-GYM®?

BRAIN-GYM, ein wichtiger Baustein der Kinesiologie, ist das Herzstück der Edu K - eine Selbsthilfemethode für leichtes Lernen. Wenn wir eine Aufgabe lösen wollen, dann brauchen wir Zugang zu den beteiligten Gehirnfunktionen. Damit können wir unser Wissen besser abspeichern, so dass es auch unter Stress - z.B. bei einer Arbeit oder Prüfung - abrufbar ist.

BRAIN-GYM® entspannt und belebt auf geistiger und körperlicher Ebene.

Heute ist es wichtiger denn je, die richtige Balance zu finden und zu halten.

Es werden neue Perspektiven eröffnet, Veränderungen zuzulassen und neue Wege zu beschreiten.

Wo wird BRAIN-GYM® hilfreich eingesetzt?

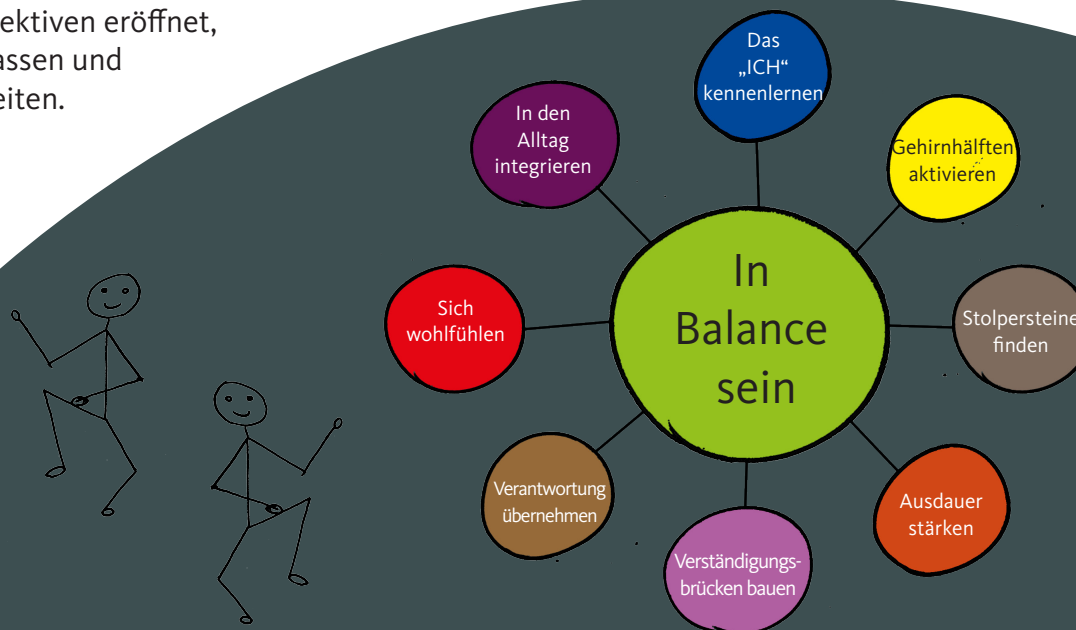
Bei Erwachsenen

- Stress abbauen
- Entspannung lernen
- Probleme und Blockaden lösen
- Das „ICH“ stärken
- Die geistige Fitness erhalten
- Mental stark sein
- Gelassener werden
- Prioritäten setzen
- Ziele erreichen
- Rechts-links-Lateralität verbessern, z.B. nach Schlaganfällen oder Kopf-Operationen

Bei Kindern und Jugendlichen

- Schulische Leistungen fördern
- Schriftbild verbessern
- Leseverständnis fördern
- konzentrierter Arbeiten
- Lernblockaden aufspüren und lösen
- Verknüpfung Kurz- und Langzeitgedächtnis

- Kommunikation verbessern
- Selbstbewusstsein stärken
- Wohlbefinden steigern
- Organisationstalent fördern
- Überblick behalten
- Verantwortung für sich selbst übernehmen



Vielfältige Möglichkeiten

In Schulen:

- Selbstbewusstsein stärken
- Das Miteinander fördern
- Mit allen Sinnen Freude am Lernen entwickeln
- Prüfungsangst abbauen
- Kurse für alle Altersstufen

In Unternehmen:

Wirtschaftskinesiologie ist eine erfolgreiche Investition in die physischen, psychischen und mentalen Bedürfnisse Ihrer Mitarbeiter.

- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Positive Einstellung fördern
- Mentale Entspannung in der Mittagspause
- Stress loslassen
- Augen entlasten (bei PC-Arbeit)
- Den Teamgedanken stärken
- Ziele erreichen

Für Privatpersonen:

- Stressbewältigung
- Motivation
- Mentale Balance
- Beziehungen gestalten
- Selbstbewusstsein stärken
- Persönlichkeit entwickeln
- Geistige Flexibilität – jetzt und im Alter

Mein Profil

ausgebildete Sekretärin (IHK)
20 Jahre Erfahrung im Vertrieb
Ausbildung zum NLP-Practitioner, DVNLP
Ausbildung zum BRAIN-GYM®-Trainer

Zertifizierung als
wingwave-Coach  wingwave®

Sprechen Sie mich an.
Gerne erarbeite ich mit Ihnen
Ihr individuelles Konzept.

Monika Kraft
Coaching/ Brain-Gym/ Training
Falkenackerweg 23
76571 Gaggenau
Tel. 07225 - 77 00 29
monika.kraft.coaching@online.de
www.monika-kraft-coaching.de



Monika Kraft

Coaching

BRAIN
GYM

Balance finden



Leichter lernen



Konzentrierter arbeiten

