



BRAIN GYM®

Österreich

Bewegungsorientierte Lebensbegleitung

„Bewegung ist das Tor zum Lernen“

Dr. Paul E. Dennison, Begründer von Brain Gym®

26 Brain Gym®-Bewegungen

überall & einfach anwendbar

Brain Gym® versteht sich als **bewegungsorientierte Lebensbegleitung** mit pädagogisch kinästhetischem Ansatz.

Bewegung fördert leichtes Lernen. Du erhöhst damit Dein Potential in allen Bereichen: Schule, Beruf, zu Hause, alltägliche Aufgaben, Sport und Freizeit

Selbsthilfe | **individuelle Begleitung** | **Workshops** | **Kurse**

Die individuelle Brain Gym® Begleitung geht auf Deine spezifischen Bedürfnisse ein, indem klare und motivierende Ziele gesetzt werden.

Die **Brain Gym® Aktivitäten** werden stets **an Dein Potential und Deine Fähigkeiten angepasst** beigebracht.

In Workshops, Kursen und Ausbildungen vermitteln unsere lizenzierten Mitglieder die Methode Brain Gym® für private und berufliche Anwender.

Intelligenz ist angeboren.
Brain Gym® ermöglicht den Zugang zur Quelle der Intelligenz.

*„Menschen können unterstützt werden,
ihr Leben erfüllt und besser zu leben!“*

Dr. Paul E. Dennison, Begründer von Brain Gym®

Leben und Lernen mit Qualität

Zum Leben brauchen wir all unsere Sinne und eine gute Koordination. Das fördern wir mit Brain Gym® Aktivitäten und Selbstwahrnehmung. Energie, Klarheit, Beweglichkeit und Motivation sind das Ergebnis.



Kinder & Jugendliche

Natürliche
Entwicklung
fördern

Kognitive
Leistungen
stärken

Selbstwert
fördern

Eigene
Wahrnehmung
fördern



- › Tagesmütter und -väter
- › Pädagogische Betreuung
- › Lehrkräfte
- › Nachhilfe
- › Schüler und Studenten
- › Eltern und Pflegefamilie

Kinder sind von Haus aus sehr neugierig und haben einen großen Entdeckungsdrang. Zu viele Reize verwirren sie und machen sie unruhig. Zu wenig Reize bewirken, dass Talente unentdeckt bleiben.

Mit der Werkzeugkiste aus Brain Gym® helfen wir Kindern, ihre Körperwahrnehmung zu fördern. Vieles gelingt damit leichter und wie von selbst: **aufmerksam sein, fokussiert sein, hinhören, nachdenken, kommunizieren und angemessen agieren und reagieren**

Vorteile: Kinder

- bleiben im natürlichen Lernfluss
- organisieren sich leichter in verschiedenen Lebensbereichen
- entwickeln Verständnis für Herausforderungen ihrer Umgebung
- sind flexibel bei vielseitigen Aufgaben
- lernen mit Gelassenheit
- erwecken ihre Potentiale

**Mit und durch Brain Gym® Bewegungen
erkennen Kinder ihre Selbstwirksamkeit.**

Erwachsene

Den Alltag leichter bewältigen
(beruflich, sportlich, familiär)

Persönlichkeitsentwicklung

Selbstwahrnehmung fördern

Eigene Balance fördern



- › Berufstätige mit
 - › einseitiger Belastung
 - › Bildschirmarbeit
 - › Schicht- und Nachtdienste
- › Führungskräfte und Selbstständige
- › Sportler, Künstler
- › Arbeitssuchende
- › Betriebliche Gesundheitsförderung

Unsere vielen Rollen im Leben gekonnt unter einen Hut zu bringen, ist oft sehr herausfordernd.

Mit **Brain Gym®-Aktivitäten** können wir unsere **Stressresistenz** deutlich **verbessern**. So fällt es uns leichter, fokussiert an alle Aufgaben des Alltags heranzugehen, die eigenen Prioritäten richtig zu setzen und somit den eigenen Selbstwert zu fördern und zu stärken.

**Brain Gym®-Bewegungen
wirken sich positiv auf unser ganzes System aus.**

Durch die Anwendung entspannen unsere Gedanken genauso wie Rücken, Schultern, Nacken und Augen. Das fördert guten Schlaf und macht wieder energievoll, produktiv, motiviert, flexibel, kreativ und aufnahmefähig.

**Brain Gym® zentriert, stärkt und beugt vor
- im Beruf und in der Freizeit, kurz: in allen Lebenslagen.**



Senioren & Jung- gebliebene

Körperlich und
geistig fit bleiben

Im Gleichgewicht
sein

Selbstständigkeit,
Autonomie im
Alltag erhalten

- › Zuhause lebend
- › Betreut lebend
- › Im Pflegezentrum wohnend
- › Medizinisches Personal, Pflegekräfte
- › Seniorenzentren
- › Für Familie und Angehörige

Senioren & Junggebliebene

Brain Gym®
Hilf dir selbst!

Unsere schnell-lebige Welt verlangt besonders im Alter viel ab.
Hier leisten Brain Gym®-Bewegungen eine wunderbare Hilfe zur
Selbsthilfe.

Brain Gym® Aktivitäten:

- verbessern motorische Koordination
- trainieren Feinmotorik
- unterstützen die Autonomie jedes Einzelnen
- lassen mit der schnelllebigen Welt Schritt halten
- fördern Körperbewusstsein und Gleichgewicht
- wirken als Sturzprävention
- bringen Energie, Freude und Lebensgeist
- stärken positive Einstellungen
- fördern körperliche und geistige Beweglichkeit

**Wer sich in seinem Körper wohl fühlt,
wird auch im reifen Alter noch Freude am Planen der Zukunft haben.**

Lust auf Brain Gym®?

Du bist Privatperson, Elternteil, berufstätig im Gesundheitswesen, SportlerIn, Lehrkraft, Lernende, BetreuerIn, HumanenergetikerIn und an Brain Gym® interessiert?

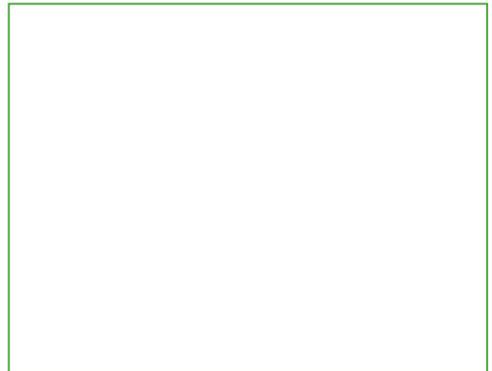
Auf unsere Website findest Du Informationen über individuelle Begleitung, Workshops, Kurse, Ausbildungen, Vorträge sowie Begegnungstage und Impulse.

Wir vermitteln hier lizenzierte Brain Gym® AnwenderInnen in Deiner Nähe! Unsere Mitglieder arbeiten nach den internationalen Grundsätzen und Lizenzvereinbarungen.

professionell | fundiert | wertschätzend | transparent | gemeinsam



www.braingym.at
info@braingym.at



Copyright © Brain Gym Österreich

Brain Gym® ist eine eingetragene Handelsmarke von Breakthroughs International, Santa Barbara, CA, USA. Copyright © 2018. Alle Rechte vorbehalten.