



ZEIT-FENSTER

Ihre ganz individuelle Reise

Ganzheitliches Gedächtnistraining



Ist es Ihnen wichtig, Ihre **geistigen Leistungsfähigkeiten zu erhalten**? Fällt es Ihnen **nicht immer leicht**, sich Dinge und Namen zu merken oder haben Sie manchmal **Wortfindungsschwierigkeiten**?

Ich lade Sie ein, **gemeinsam in einer kleinen Gruppe** (max. 8 Personen) **regelmässig Ihre Hirnfitness** mit den acht Trainingsformen nach SVGT aufzubauen, um **geistig gesund** und flexibel **Ihren Alltag zu gestalten!**

Kursdaten für 5 Doppelkationen:

Gruppe 1:

Dienstag, 13:30 – 15:30 Uhr

03.03.26; 10.03.26; 17.03.26;
24.03.26; 31.03.26;

Gruppe 2:

Freitag, 09:30 – 11:30 Uhr

27.02.26; 06.03.26; 13.03.26;
20.03.26; 27.03.26;

Preis pro Person: CHF 190.00

Bitte mitbringen: Stift und Block

Kursleitung: Brigitte Künzli,
ganzheitliche Gedächtnistrainerin SVGT

Ziel: Sie **stärken Ihr Gedächtnis**,
bleiben **geistig wach** und
bewältigen alltägliche
Herausforderungen **mit Klarheit
und Freude**.

Methode: Durch **gezieltes Training** bildet das Gehirn **neue Netzwerke und Verzweigungen** und kurbelt so die Denkapazität an. Das ganzheitliche Gedächtnistraining soll auch **Teil Ihres Alltags werden**.

Anmeldung und
Information

Zeit-Fenster

Brigitte Künzli

SchreibAtelier &

ganzheitliches

Gedächtnistraining

Hubstrasse 60, 1. Stock

9500 Wil



www.zeit-fenster.ch

willkommen@zeit-fenster.ch

078 448 44 88