



Ihre ganz individuelle Reise

Ist es Ihnen wichtig, Ihre geistigen Leistungsfähigkeiten zu erhalten? Fällt es Ihnen nicht immer leicht, sich Dinge und Namen zu merken?

Haben Sie Lust, 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?

Für Alle, die nicht nur die Fitness ihres Körpers erhalten möchten sondern auch die ihrer kognitiven Fähigkeiten. Wenn das Berufsleben plötzlich wegfällt und Strukturen im Alltag neu aufgebaut werden sollen, ist das regelmässige Pflegen der geistigen Flexibilität sowie der Austausch mit Gleichgesinnten ein optimaler Start dafür!

Gedächtnistraining kostenlose Probelektion



Kursdaten:

Probe-Lektionen: 1 x im Monat
Mittwoch, 28. Januar 2026
Mittwoch, 18. Februar 2026
Mittwoch, 25. März 2026
Mittwoch, 29. April 2026
Mittwoch, 20. Mai 2026
Mittwoch, 24. Juni 2026
jeweils 14:00 – 15:00 Uhr

Bitte mitbringen: Stift und Block

Anmeldung: 078 448 44 88 oder per E-Mail: willkommen@zeit-fenster.ch
Kursleitung: Brigitte Künzli,
Gedächtnistrainerin SVGT

Anmeldung und
Information

Zeit-Fenster

Brigitte Künzli

Atelier für
ganzheitliches

Gedächtnistraining &
biografische Schreibkurse

Hubstrasse 60, 1. Stock
9500 Wil



www.zeit-fenster.ch

willkommen@zeit-fenster.ch

+41 (0)78 448 44 88