

## 261-A3A001 Fitness fürs Gehirn

Beginn	Mittwoch, 04.03.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Kursgebühr	0,00 €
Dauer	13 Termine
Kursleitung	Anita Zanella
Kursort	Zentrum für Familien und Senioren, Marktplatz 3, 94424 Arnstorf

Die Betreuungsassistentin Irmgard Lauber trainiert interessierte Seniorinnen und Senioren. Gedächtnistraining kann in jedem Alter die Gedächtnis- und Lernleistung verbessern und daher zu besseren Ergebnissen führen.

Im Alltag kann Gehirnjogging nützlich sein, da dabei auch das logische Denken geschult wird und Zusammenhänge oder Lösungswege leichter erkannt werden können.

Mit einer guten Gedächtnisleistung fällt einem der Alltag häufig einfacher und man fühlt sich besser.

### Termine

Datum	Ort	
04.03.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
18.03.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
01.04.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
15.04.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
29.04.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
13.05.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
27.05.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
10.06.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
24.06.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
08.07.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
22.07.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
05.08.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
19.08.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren

[zur Kursdetail-Seite](#)