

262-A3A001 Fitness fürs Gehirn

Beginn	Mittwoch, 02.09.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Kursgebühr	0,00 €
Dauer	12 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	
02.09.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
16.09.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
30.09.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
14.10.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
28.10.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
11.11.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
25.11.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
09.12.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
23.12.2026	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
06.01.2027	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
20.01.2027	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren
03.02.2027	14:00 - 17:00 Uhr	Marktplatz 3, Arnstorf, Zentrum für Familien und Senioren

[zur Kursdetail-Seite](#)