

NeuroKinetik® - TERMINE

Zertifikatsausbildungen 2021 (zielgruppenübergreifend)

- 16.-17. Januar 2021 in Paderborn
- 20.-21. Februar 2021 in Münster
- 06.-07. März 2021 in Lennep
- 12.-13. März 2021 in Oldenburg
- 12.-13. Juni 2021 in Münster
- 28.-29. August 2021 in Frechen
- 11.-12. September 2021 in Münster
- 08.-09. Oktober 2021 in Emden

Aufbaumodule 2021

Aufbaumodul „Diagnostik & Rhythmus“

- 21. November 2020 in Münster
- 02. Oktober 2021 in Münster

Aufbaumodul „Mit allen Sinnen“

- 17. April 2021 in Münster

Anmeldung & weitere Informationen:

DJK Sportverband DV Paderborn e.V.
Propsteihof 10
44137 Dortmund

0231 - 1848 207
info@neurokinetik.eu
www.neurokinetik.eu



NeuroKinetik® DAS BEWEGTE GEHIRNTRAINING

Programm 2021



NeuroKinetik® - DAS TRAINING

NeuroKinetik® ist das **ganzheitliche Gehirntraining** des DJK-Sportverbandes Diözesanverband Paderborn.

Ziel des Trainings ist die Förderung der individuellen Hirnleistungsfähigkeit und der kognitiven Gesundheit durch Aus- und Neubildung neuronaler Netzwerke (Neuroplastizität). Dies geschieht insbesondere durch motivierende, herausfordernde, komplexe Bewegungsübungen, die sowohl motorische Kompetenzen als auch das Sinnessystem umfassend trainieren.

Kinder und Jugendliche profitieren vor allem im Bereich der kognitiven, personalen und psychosozialen Basiskompetenzen. Selbstbewusstsein, Selbstkonzept und Selbstregulation werden positiv beeinflusst. Lernschwierigkeiten bessern sich deutlich, das Lernen fällt leichter.

NeuroKinetik® eignet sich bei älteren Menschen hervorragend zur Demenzprävention. Zudem unterstützt es die motorische und kognitive Bewältigung des Alltags (z.B. geistige Flexibilität, Sturzprophylaxe).



NeuroKinetik® - ANGEBOTE

Infoveranstaltung

Die ca. zweistündige Informationsveranstaltung vermittelt einen ersten thematischen Überblick von NeuroKinetik® in Theorie und Praxis und kann individuell bzgl. Termin und Ort vereinbart werden.

Zertifikatsausbildung

Die zielgruppenübergreifende Zertifikatsausbildung (Schwerpunkt Kinder/Jugendliche und ältere Menschen) umfasst 15 Lerneinheiten und vermittelt die Grundlagen von NeuroKinetik® in Theorie und Praxis. Es befähigt die Teilnehmer/innen zur Planung und Durchführung von NeuroKinetik®-Übungsstunden. Für die Absolvierung der Ausbildung sind keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich. Sie schließt mit dem NeuroKinetik®-Zertifikat ab.

Aufbaumodule

Die zielgruppenübergreifenden Aufbaumodule umfassen 8 Lerneinheiten. Die Teilnahme an einem der Aufbaumodule setzt die erfolgreiche Absolvierung der NeuroKinetik®-Zertifikatsausbildung voraus.

Das **Aufbaumodul „Diagnostik & Rhythmus“** vertieft die theoretischen Hintergründe des Basismoduls, vermittelt geeignete Diagnosetools und erweitert das neurokinetische Übungsrepertoire zum Schwerpunkt „Rhythmus“.

Aufbaumodul „Mit allen Sinnen“: Unsere Sinne liefern dem Gehirn permanent Informationen aus der Umwelt. Die Qualität der eingehenden Informationen und deren Verarbeitung bestimmen unsere körperliche Leistungsfähigkeit, unsere Gesundheit sowie unser Verhalten, vor allem aber auch unsere Bewegungen. Das NeuroKinetik®-Aufbaumodul „Mit allen Sinnen“ erläutert die neurowissenschaftlichen Hintergründe und vermittelt eine Vielzahl von Übungen zur Optimierung des sensorischen Inputs.