

INHALTE



- Grundlagen zentralnervöser Bewegungssteuerung
- Hauptaufgabe und Arbeitsweise des Gehirns
- Testungen und Verbesserung der bewegungssteuernden Systeme
- Praktische Umsetzung im Trainings- und Bewegungsalltag
- Athletische Bewegungsskills und neuronale Interventionsstrategien

Achtung! Der Workshop ist so konzipiert, dass auch nur einzelne Veranstaltungen besucht werden können!

TERMINE:

- Samstag, 17. Oktober
10:00 – 15:00
3400 Klosterneuburg, Buchberggasse 31,
Rudolf Koch Saal
- Samstag, 27. Februar 2021
10:00- 15:00
- Samstag, 17. April 2021
10:00- 15:00

ANMELDUNG

S_mrazek@hotmail.com

Meldeschluss: 30. September für den ersten Termin

Kosten: €55,- für Schulsportklubmitglieder, 75€ Normalpreis
– pro Veranstaltungstermin

Buchung aller drei Termine: €150.- und 200€ Normalpreis



WORKSHOP - TRAIN YOUR BRAIN

Theoretische und Praktische Einblicke in neuronale Prozesse von Bewegung & Performance

Vortragende: Mag. Stefanie Robl Mrazek