

NEUROKINETIK BASISMODUL

NeuroKinetik ist das neurophysiologische Bewegungstraining des DJK Sportverbandes Diözesanverband Paderborn für Jedermann.

Ziel des Trainings ist die Optimierung des individuellen Gehirnpotentials durch die Aus- und Neubildung neuronaler Netzwerke (Förderung der synaptischen Plastizität).

TERMIN: Samstag, 23. Juni & Sonntag, 24. Juni 2018
jeweils 09.30 – 16.30 Uhr

PREIS: 150.-€ pro Person

YOGALEHRGANG

Anhand von praktischen Beispielen wird die Kontrolle der eigenen Gedankenwelt eingeübt. Das mentale Training im Yoga kann neue Impulse in unserem Gehirn schaffen. Dies verbessert die Konzentrationsfähigkeit und bündelt Energien und führt langfristig zu einem erfolgreicherem Lebensstil.

TERMIN: Freitag, 04. Mai 2018, 15.00 Uhr
bis Sonntag, 06. Mai 2018, 14.00 Uhr
Abreise nach dem Mittagessen

ORT: Kardinal-Schulte-Haus Bergisch Gladbach

PREIS: ab 215.-€

YOGALEHRGANG

Anhand von praktischen Beispielen wird die Kontrolle der eigenen Gedankenwelt eingeübt. Das mentale Training im Yoga kann neue Impulse in unserem Gehirn schaffen. Dies verbessert die Konzentrationsfähigkeit und bündelt Energien und führt langfristig zu einem erfolgreicherem Lebensstil.

TERMIN: Freitag, 30. November 2018, 15.00 Uhr
bis Sonntag, 02. Dezember 2018,
Abreise nach dem Mittagessen

ORT: Kardinal-Schulte-Haus Bergisch Gladbach

PREIS: ab 215.-€

VERANSTALTUNGEN 2018

Sportlerwallfahrt

Sternwallfahrt nach Altenberg

TERMIN: 27.04.2018

Pax-Bank Stadionlauf

„kirche.läuft & familien.spiele.fest“

TERMIN: 03.06.2018 ORT: Sportpark Müngersdorf, Köln

Infos & Anmeldungen unter: www.kirche-laeuft.de

8. Interkulturelle Fußball Stadtmeisterschaft und DJK Hallenkreismeisterschaften

TERMIN: 03.10.2018

„kirche.tanzt“

TERMIN: 03.11.2018

Infos & Tickets unter: www.kirche-tanzt.de

Mehr Informationen rund um das gesamte
DJK-Jahresprogramm finden Sie in der Rubrik
Terminkalender auf unserer Homepage.



Übungsleiter/-innen-Fortbildung



Krankenkassenbezuschussung möglich

Kontakt: **DJK Sportverband DV Köln**

Am Kielshof 2, 51105 Köln

Telefon: (0221) 99 80 84 0, Fax: (0221) 99 80 84 19

E-Mail: info@djkdvkoeln.de

www.djkdvkoeln.de

