

Neue Kurse
in Detmold

Kort.X®

Ab August

Das sportliche Gehirntraining

Erwachsene
und "best agers"



Du bist gestresst durch den Alltag ? Du möchtest gerne den Kopf frei bekommen? Du möchtest dir gerne einmal wieder etwas Gutes tun? Dann erlebe das Kort.X® Hochgefühl, spüre die Leichtigkeit nach einer Trainingseinheit und profitiere anhaltend von der Wirkung dieses einzigartigen Programms.

Kort.X® ist ein innovativer Mix aus Bewegung, geistiger Herausforderung und mentaler Motivation.

Incl. Videos
für zu Hause

Wir erzielen nachweislich folgende Effekte:

- Steigerung der Konzentrationsleistung
- Erhöhung der Denkleistung
- Verbesserung des Arbeitsgedächtnisses
- Optimierung der Bewegungsabläufe

Kort.X
bringt Bewegung
in dein
Oberstübchen

Lachen, bewegen und die
Gesundheit fördern

+ Koordinations-
Übungen
+ Kognitive Aufgaben
+ Herz-Kreislauf-
Aktivierung

Wann startest du?

www.kortx.training

Starkmach
SCHMIEDE

Termine und Infos:

Catrin Krüger
www.StarkmachSchmiede.de
info@StarkmachSchmiede.de

mobil: 0162-7138669

Kort.X® überzeugt und macht vor allem Spaß!