

# Selbst-Management

## SuperBRAIN™ - das Gehirn-Training

Viele Menschen können nicht glauben, dass man sich so viel merken kann. Vergessen scheint unausweichlich zu sein. Wie wäre es, wenn Sie in der Lage wären, die verschiedensten Dinge zu lernen, zu speichern und in der richtigen Reihenfolge abzurufen?

Machen Sie das Hirn zum Lernpartner und nutzen Sie mehr!

### ZIELE

- Sie lernen eine Methode kennen, wie Sie Informationen aufnehmen und effizient speichern können.
- Sie trainieren an einfachen Beispielen Ihre Merkeffizienz.
- Sie können nach dem Kurs mind. zwei Hilfsmittel auswendig, die Sie unterstützen, nie mehr Einkaufslisten zu vergessen oder keine Spicks für die Schule mehr machen zu müssen.

### INHALTE

- Wie funktioniert der biologische Speicher?
- Was erleichtert Lernen?
- Die Baumliste, die Körperliste und das Zimmer
- Eigene Ideen

### VORAUSSETZUNG

Keine, sofern Sie bereit sind, etwas Neues auszuprobieren und sich einzulassen.

### ZIELGRUPPE

Dieses Kursseminar richtet sich an alle, die lernen wollen, wie man das eigene Hirn effizient mit Informationen füttern kann und diese sogar wieder findet.

### KURSPARTNER

Der Kurs wurde in Zusammenarbeit mit dem wbz Lenzburg entwickelt.

### REFERENT

MasterBRAIN Rudolf P. Bieler,  
MAS FHNW in General Management

### DAUER, ZEIT

2 Abende à 3 Lektionen → 6 Lektionen  
Jeweils 17:15 – 20:00 Uhr

### DATEN

Kursdaten auf der Homepage

### KOSTEN

Fr. 180.00

### KURSORTE

- wbz Lenzburg, Neuhofstr. 36, 5600 Lenzburg)
- Restaurant Traube, St. Gallerstr. 7 Buchs SG
- Technopark, Badenerstrasse 13, 5200 Brugg

### HINWEIS

Stimmen aus dem Kurs:

- „Dass man sein Gehirn in so kurzer Zeit so gut füttern kann, ist unglaublich“
- „Ich hätte nie gedacht, dass Lernen so viel Spass machen kann. Ich bin überrascht, dass ich mir in nur 4 Minuten eine 15 stellige Zahl merken kann! Super!“.
- „Ich konnte es sofort im Alltag anwenden!“

### ANMELDUNG

[www.bildungsprofi.ch](http://www.bildungsprofi.ch)