

Gedächtnistraining «Kopf in Bewegung»

Hier wird getüftelt, gelacht und gemerkt

Haben Sie Lust auf ein Training, das Spass macht? Nicht trocken, nicht theoretisch – sondern lebendig, überraschend und spannend.

Kursinhalt

Gemeinsam stärken wir, was schon da ist, und entdecken, was noch möglich wird: Spielerisch knobeln, neue Wege finden – mit Zahlenrätseln, Merksprints und kleinen Logikspielen. Tipps, die Alltag und Freizeit leichter machen – einfache Tricks, um sich Dinge besser zu merken. Gemeinsam staunen – ohne Druck: Bildergeschichten, Mini-Challenges, überraschende Aufgaben. Ein kleines Abenteuer wartet – direkt im Kopf. Verborgene Pfade, kleine Geheimnisse, unerwartete Schätze. Wagen Sie den ersten Schritt: spielen, entdecken, staunen! Kommen Sie vorbei, probieren Sie es aus und erleben Sie, wie viel Freude Ihr Kopf haben kann!

Voraussetzungen zum Kursbesuch

keine

Kursnummer

636

Wochentag / Zeit

Jeweils montags von 14.00 – 16.00 Uhr

Daten

21. September bis 23. November 2026 (10 Kurstage)

Ort

Pro Senectute Stadt St. Gallen, Davidstrasse 16, 9001 St. Gallen

Dauer einer Lektion / Anzahl Lektionen & Kosten pro Lektion / Gesamtkosten

60 Minuten / 20 Lektionen à CHF 18.00 / CHF 360.00

Leitung

Ursula Magek, Gedächtnistrainerin BVGT

Anmeldung und weitere Auskünfte

Pro Senectute Stadt St. Gallen, Davidstrasse 16, 9001 St. Gallen

Tel. 071 227 60 28 oder E-Mail: st.gallen@sg.prosenectute.ch

Link zum [Anmeldeformular](#) für diesen Kurs im Internet



QR-Code zum Scannen mit Ihrem Smartphone