



# BRAIN GYM®

## WOW!

Spitzenleistung  
durch gezielte  
Bewegung

### STRESSREDUZIERUNG

Beseitige die schädlichen Auswirkungen von Stress, für geistige, emotionale und körperliche Harmonie. Entspannt macht alles, was du tust mehr Spaß!

### LEISTUNGSOPTIMIERUNG

Jeden Tag das Beste geben ist so manches mal eine Herausforderung. Das Training der physischen Komponenten des Lernens + Lebens - sehen, hören, bewegen in Kombination mit Stressbewältigung - ermöglicht dir Leichtigkeit, Freude und Ausdauer.

### ZIELE ERREICHEN

Der sichere Rahmen dieses Programms ermöglicht es dir, ein verlässliches Handwerkszeug zu erlernen, mit dem du dein Gesamtpaket von Körper, Geist und Seele auf die Erreichung deiner Lebensziele ausrichten kannst - in deinem Tempo und auf deine eigene Art & Weise.

## Institut für Kinesiologische Lehre eG

Lindenstr. 14  
49401 Damme  
[info@ikl-kinesiologie.de](mailto:info@ikl-kinesiologie.de)  
[www.ikl-kinesiologie.de](http://www.ikl-kinesiologie.de)







## Für Eltern

Machst du dir Sorgen darüber, ob dein Kind sein Potenzial voll ausschöpfen kann? Hat es Probleme in der Schule oder mit seinem Verhalten? Kämpft es mit seinem Selbstwertgefühl? Vielleicht hat es eine Lernschwierigkeit und du fragst dich, ob es jemals damit zurechtkommen wird.

Brain Gym® bietet die Werkzeuge, um in den wichtigen Momenten des Lebens erfolgreich zu sein, egal ob es sich um einen Mathetest, eine Aufführung, ein Sportspiel oder einen Abschlussball handelt. Unsere Übungen sind so konzipiert, dass sie für Kinder jeden Alters einfach, unterhaltsam und verständlich sind! In den letzten Jahrzehnten haben wir erlebt, wie das Brain Gym® Programm Kindern geholfen hat, Ziele zu erreichen, die sie nie für möglich gehalten hätten. Es gibt Werkzeuge an die Hand, die sie zu Höchstleistungen und Selbstvertrauen führen. Wir sind hier, um Kindern zu zeigen, dass alles, was sie brauchen, um sich besser zu fühlen und mehr zu leisten, bereits in ihnen steckt.

„Ein Kind ist wie ein Schmetterling im Wind. Manche fliegen höher als andere, aber alle fliegen so gut sie können. Sie sollten nicht um die Wette fliegen, denn jeder ist anders, jeder ist speziell und jeder ist wunderschön.“

*Yokimo*







## Für Pädagogen

Hast du Schwierigkeiten, Schüler dazu zu bringen, sich zu konzentrieren und zu lernen? Bemerkst du, dass einige besonders mit Schularbeiten zu kämpfen haben oder sich daneben benehmen? Wünschst du dir, dass du die Werkzeuge hättest, um sie zu unterstützen? Wünschst du dir, du könntest deine Liebe zur Bewegung mit Bildung verbinden?

Wir helfen Lehrern, ihren Schülern einen anderen Weg zum Erreichen ihrer schulischen Ziele zu zeigen - oft eine willkommene Abwechslung zum herkömmlichen Lernen.

Spitzenleistungen im Klassenzimmer erfordern drei Dinge: klare Ziele, das Selbstvertrauen, sie zu erreichen, und die Ausrichtung des ganzen Körpers. Rüste dein Klassenzimmer mit unterhaltsamen, einfachen bewegungsbasierten Übungen aus. In den letzten Jahrzehnten haben unsere Trainer Kindern auf der ganzen Welt geholfen, Ziele zu erreichen, die sie nie für möglich gehalten hätten.

Wir sind zuversichtlich, dass wir dir helfen können, dasselbe zu tun.

„**Sag** es mir  
und ich werde es vergessen.  
**Zeig** es mir  
und ich werde es vielleicht  
behalten.  
**Lass es mich tun**  
und ich werde es können.“

*Konfuzius*







## Für die reife Generation

---

Machst du dir Sorgen über den kognitiven Abbau in späteren Jahren? Fühlst du dich überfordert oder gestresst, wenn es darum geht, in den wichtigen Momenten des Lebens selbstbewusst aufzutreten? Bemerkst du Gedächtnisprobleme bei dir selbst oder einem geliebten Menschen? Hast du Probleme mit dem Gleichgewicht oder Angst vor Stürzen?

---

Du verdienst es, die wichtigsten Momente des Lebens in vollen Zügen zu genießen. Das Brain Gym®-Programm bietet gezielte Bewegungsübungen, die dir helfen, Stress abzubauen, deine Leistung zu verbessern und deine Ziele zu erreichen. Das Brain Gym®-System kann dir helfen, deinen Geist scharf und beweglich zu halten. In den letzten Jahrzehnten haben wir älteren Menschen auf der ganzen Welt geholfen, ein selbstbewussteres, entspannteres und zufriedeneres Leben zu führen. Wir sind zuversichtlich, dass wir dir helfen können, das Gleiche zu tun.

„Das Leben ist wie Fahrrad fahren, um die Balance zu halten, musst du in **Bewegung** bleiben.“

*Albert Einstein*







## Wissenswertes

Das Brain Gym®-Programm ist ein ganzheitliches System. Es basiert auf den Prinzipien der Kinesiologie und der Lerntheorie und wurde von dem Lernspezialisten Paul E. Dennison, Ph.D., und seiner Frau und Partnerin Gail E. Dennison entwickelt. Das Brain Gym® System hilft den Menschen mit Hilfe von 26 speziell entwickelten Bewegungsaktivitäten und damit verbundenen Techniken, ihre geistige Höchstleistung in den wichtigsten Momenten des Lebens zu erreichen.

Das Brain Gym®-Programm bietet einen bewährten Ansatz, der die oft übersehenen physischen Komponenten des Lernens - visuelle, auditive und motorische Fähigkeiten sowie Stressbewältigung - anspricht und einbezieht. Was als Methode begann, um Förderschülern zu helfen, bessere Leser zu werden, ist heute ein Programm, das Tausenden von Menschen in über 80 Ländern auf der ganzen Welt geholfen hat, ihre geistige und innere Stärke zu entdecken.

**Renate Wennekes** war Lehrerin und die erste Frau, die Paul E. Dennison Anfang der Achtziger Jahre nach Deutschland eingeladen hat. Sie hat wesentlich das Berufsbild der Kinesiologie mitgeprägt. Das Institut für Kinesiologische Lehre eG (IKL eG) - deren Gründerin Renate Wennekes ist - ist mittlerweile das Größte Edu-Kinestetik Institut deutschlandweit. Neben Einzelsitzungen und Coaching im Bereich Lernen und Entwicklung, bietet die IKL eG ein umfangreiches Programm für Aus- und Weiterbildung an.



Paul E. und Gail E. Dennison





## Das Institut

### Unsere Philosophie

Wir finden es wichtig, dass die Menschen sich die Neugier und Freude am Lernen und Leben erhalten beziehungsweise sie wiederfinden. Die Kinesiologie bietet dafür wunderbare Möglichkeiten. Es ist wie eine Reise zu sich selbst – beruflich und privat. Dies möchten wir in unseren Kursen, bei Balancen und natürlich in der Ausbildung zur/zum Kinesiologin/en BK DGAK zertifiziert vermitteln.

### Bewegtes Lernen mit Neugier und Freude

Bewegung ist das Tor zum Lernen, heißt es in der Edu-Kinestetik. Das nehmen wir gern wörtlich, und so bewegen wir uns sehr viel in unseren Kursen. Durch wechselnde Theorie- und Praxisphasen, durch Spiele und Gespräche wird das Wissen leichter aufgenommen. Lernen mit allen Sinnen macht zudem Spaß!

### Achtsam die Entwicklung jedes Einzelnen fördern

Unser Ziel ist es, dass jeder Teilnehmer das Gefühl hat, in seiner Persönlichkeit angenommen zu sein. Damit eröffnet sich ein Freiraum für seine Entwicklung und die Entdeckung des eigenen Lernstils.

### Familiäre Atmosphäre

Am Institut sind uns eine familiäre Atmosphäre und der Kontakt der Kursteilnehmer untereinander wichtig. Dies ermöglichen unsere Räume, die persönliche Ansprache und vielfältige gemeinsame Aktivitäten.







## Möglichkeiten

### Einstiegskurse :

- Brain Gym® 104 - 26 Movements
- Brain Gym® 1 + 2
- Von Kopf bis Fuß dabei - Brain Gym® für die Kleinen
- The Building Block Activities - Bewegungsübungen für leichtes Lernen
- Brain Gym® 170 für die besondere Förderung

### Vertiefende Kurse:

(Voraussetzung Brain Gym®2)

- Edu-Kinestetik für Fortgeschrittene
- Optimale Gehirnorganisation
- Visioncircles®
- Praxistage: Lesen und Verstehen / Schreiben und Handeln / Rechnen und Verantwortung
- Total Core Repatterning (Bahnung der Kernmuskulatur)

### Instruktorenkurse:

(Lehrerlaubnisse)

- Brain Gym® 110 - Brain Gym® Movement Facilitator  
(Lehrerlaubnis für Brain Gym® 104 - 26 Movements)
- Brain Gym® Instructor Training  
(Lehrerlaubnis für Brain Gym® 1+2 und Brain Gym® 104 - 26 Movements)
- Lehrertraining Von Kopf bis Fuß dabei - Brain Gym® für die Kleinen
- Optimale Gehirnorganisation Instructor Training







# Institut für Kinesiologische Lehre eG

Institut für Aus- und Weiterbildung,  
Coaching und Persönlichkeitsentwicklung

Lindenstraße 14  
49401 Damme

**054941/97670**

**info@ikl-kinesiologie.de**

**www.ikl-kinesiologie.de**

