



Eva Ewald
Gesundheitscoach
und **Life Kinetik** -
Trainerin

„Unternehmen sollen ihre Leistung steigern und erfolgreich ihre Ziele verwirklichen, Kinder sollen lernen, Jugendliche ihre Persönlichkeit finden, Erwachsene Beruf und Familie unter einen Hut bringen, Senioren geistig fit bleiben und Sportler Leistung bringen. Alles große Aufträge!

Ich wollte schon immer Menschen dabei behilflich sein, ihre Aufgaben zu meistern und dennoch oder gerade deswegen ein erfülltes und fröhliches Leben zu führen.

Mit der Entwicklung von **Life Kinetik** als Produkt aus der Brainflow-Methode, der modernen Gehirnforschung, der Psychomotorik und der Bewegungslehre habe ich nun endlich die Möglichkeit dazu.

Machen Sie mit und werden Sie ein Teil der **Life Kinetik** Bewegung!

Ich freue mich auf Sie!"

**Ein ungeübtes Gehirn
ist schädlicher für die
Gesundheit als ein
ungeübter Körper**

George Bernard Shaw

Viele Spitzensportler, Unternehmen und
Kinder trainieren bereits
mit **LIFE KINETIK®**

Hier einige unserer Referenzen:



Rufen Sie mich an und fragen Sie nach
meinen Workshops und Kursangeboten!

Eva Ewald

Vital- Coaching und
Life Kinetik-Gehirnentfaltungstraining
Bischofshäuser Straße 31, 34599 Neuental
Tel: 06693-27 44 99 od. 0177-23 12 547

E-Mail: info@eva-vital.de

www.eva-vital.de

**Gesundheit leben,
Leistung steigern,
Ziele verwirklichen**



**Das sensationelle
Bewegungsprogramm
zur Gehirnentfaltung**

Denken ist wie Rudern gegen den Strom. Sobald man aufhört, treibt man zurück!

Ob Beruf, Sport, Schule, oder privater Bereich - immer wieder stoßen wir an unsere mentalen und körperlichen Grenzen.

Das Bewegungsprogramm LIFEKINETIK® hilft, diese Grenzen zu überwinden und fördert sowohl die persönliche Leistungsfähigkeit als auch die des Unternehmens.

Es basiert auf der modernen Gehirnforschung, der östlichen Energielehre, der natürlichen Gesundheitslehre, der Psychomotorik und der Bewegungslehre.

Unser Gehirn steuert sämtliche Funktionen und Bewegungen des Körpers. LIFEKINETIK® fordert nun über gezielte Bewegung unser Gehirn heraus, wodurch der gesamte Bewegungsapparat im Umkehrschluss unser Gehirn aktiviert. Körper und Gehirn steigern so wechselseitig ihre Leistungsfähigkeit.

Der Effekt ist die Steigerung unserer physischen und psychischen Belastbarkeit und damit unserer Leistungsfähigkeit und Lebensqualität.

**Werden Sie effektiver,
leistungsfähiger, stressresistenter,
aufnahmefähiger und selbstbewusster!**

Bringen Sie Erfolg und gleichzeitig mehr Spaß in Ihr Leben!

 **LifeKinetik hilft Ihnen dabei!**

LifeKinetik®

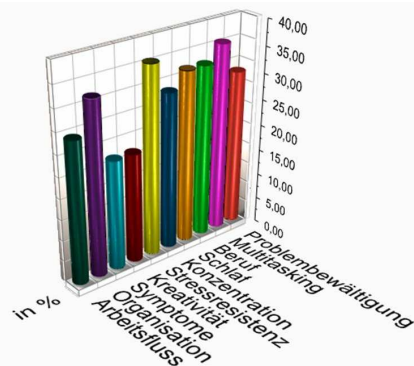
nutzt Ihren Körper, um die Reserven Ihres Gehirns zu entfalten.

Durch spaßige Bewegungsaufgaben für Ihren Körper wird Ihr Gehirn gezwungen, neue Verbindungen zwischen den Gehirnzellen zu schaffen. Je mehr dieser Verbindungen bestehen, desto höher ist die Leistungsfähigkeit des Gehirns.



Da dieses Training körperlich kaum belastend ist, unterstützt es jeden, egal welchen Alters und Fitnessgrads, bei seiner persönlichen Entwicklung.

Wirkung bei Erwachsenen:



Die Wirkung

Fast jeder verbessert sich bei einem nur einstündigen Training pro Woche in völlig unterschiedlichen Bereichen

Auswirkungen im Alltag

- ❖ Emotionale Stressreduzierung
- ❖ Körperliche Entspannung
- ❖ Verbesserung der Konzentration
- ❖ Erhöhte Aufnahmekapazität
- ❖ Verbesserung der psychischen und physischen Leistungsfähigkeit
- ❖ Reduktion der Fehlerquote
- ❖ Steigerung des Selbstbewusstseins
- ❖ Förderung des selbstständigen Arbeitens
- ❖ Wechsel von einer Aufgabe zur nächsten fällt leichter
- ❖ mehr Ruhe und Ausgeglichenheit
- ❖ Lernen fällt leichter und Gelerntes wird schneller abgerufen
- ❖ Zusammenhänge werden schneller erkannt und verarbeitet
- ❖ positiver Effekt auf Teamgeist und Kommunikation
- ❖ Bessere Problembewältigung
- ❖ erhöhte Kreativität und Organisation
- ❖ Mehr "Brain Power" statt "Man-Power"
- ❖ Mehr Leistung, mehr Erfolg, mehr Spaß

