

## Life Kinetik Erlebnistag

**Erleben Sie Life Kinetik einen ganzen Tag und machen Sie sich fit!**

**mit Mastertrainer Rene Wienen**

**Termin: Samstag, 07.12.2019**

**Beginn 10 Uhr – Ende 18 Uhr**

**Seminarkosten € 125,-**

**Veranstaltungsort: Life Kinetik – Trainingszentrum Schirp, Stennertstr. 2 in 58119 Hagen**

### **Das Motto des Erlebnistages: „Life Kinetik – Gehirntraining durch Bewegung“**

Life Kinetik Mastertrainer Rene Wienen zeigt Ihnen, wie Sie Ihre Gehirnleistungen ein Leben lang erhalten oder sogar verbessern können.

Sie spüren in Theorie und Praxis, warum Life Kinetik so Spaß macht und lernen dabei viele der 25 Basisübungen und 185 Variationen aus dem Buch „Life Kinetik – Gehirntraining durch Bewegung“ kennen. Selbstverständlich werden Sie auch in den Gebrauch der Übungs-CD, die Bestandteil des Buches ist, eingewiesen, so dass einer praktischen Umsetzung der Buchempfehlungen nichts mehr im Wege steht.

Auch für diesen Workshop gibt es keine Alters- oder Mobilitätsbeschränkung. Jeder, der sein Gehirn fit halten möchte, wird von den präsentierten Inhalten profitieren, ganz gleichgültig ob er Schüler, Sportler, Berufstätiger, Familienmanager, Rentner oder Rekonvaleszenter nach einer Krankheit oder einem Unfall ist.

### **Rene Wienen**



Rene Wienen (Jahrgang 1985), Sportwissenschaftler (Master of Sports Science) und Bewegungsexperte, arbeitet als internationaler Trainerausbilder, Referent und Trainer. Seine Themenschwerpunkte sind Life Kinetik, Bewegungs- und Athletiktraining. Zu seinen Kunden gehören Unternehmen, Leistungssportler, Breitensportler, Verbände, Sportvereine, Schulen und Kitas.

Von LIFE KINETIK® hörte er erstmals während seines Studiums an der Ruhr-Universität Bochum. Aufgrund seiner sportwissenschaftlichen Vorkenntnisse überzeugte ihn das Konzept sofort. Er entschloss sich, die Ausbildung zum LIFE KINETIK®-Trainer und wenig später zum PRO- und Mastertrainer bei Horst Lutz zu absolvieren. Mittlerweile hat Rene Wienen zahlreiche Kurse und weltweit Trainerausbildungen für Life Kinetik durchgeführt. Zudem gehört die Ausbildung von neuen Life Kinetik-Mastertrainern zu seinen Aufgaben.