



Stefan Nuber

Trainer von  
**LifeKinetik®**

„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 **LifeKinetik®** als Produkt aus der Brainflow-Methode, der modernen Gehirnforschung, der Funktional-Optometrie und der Bewegungslehre habe ich nun endlich die Möglichkeit dazu.

Machen Sie mit und werden Sie ein Teil der spaßigen **LifeKinetik®** Bewegung!

Ich freue mich auf Sie!“

**Erfolg hat nur,  
wer etwas tut,  
während er darauf  
wartet.**

**Thomas Alva Edison  
(1847–1931)**



Fragen Sie nach Kurs-, Vereins- und Firmenangeboten oder Vereinbaren Sie einen Info-Termin

**Stefan Nuber**

Life Kinetik Trainer **PRO**

Übungsleiter-B Sport Prävention

Profil Stressbewältigung und Entspannung

Profil Haltung und Bewegung

Hockey Trainer

Zugspitzstr. 2a

86850 Fischach

Handy: 0172 / 86 58 109

E-Mail: stefan.nuber@lifekinetiktrainer.de

[www.stefan-nuber-lifekinetik.de](http://www.stefan-nuber-lifekinetik.de)



**Klick mich!**

**Wahrnehmung  
+ Gehirnjogging  
+ Bewegung**

**ergibt mehr Leistung**



**„Ein ungeübtes  
Gehirn ist  
schädlicher für die  
Gesundheit als ein  
ungeübter Körper.“  
George Bernard Shaw**

## Wie wirkt Life Kinetik?

### ☀ Verbesserung b. Kindern

Ordnung	ca. 45 %
Fröhlichkeit	ca. 35 %
Konzentration	ca. 48 %
Ausgeglichenheit	ca. 36 %
Geduld	ca. 48 %
Aktivität	ca. 33 %
Konsequenz	ca. 33 %
Selbstbewußtsein	ca. 57 %
Hausaufgaben	ca. 35 %
Freiwillig lernen	ca. 32 %
Mathematik	ca. 28 %

### ☀ Verbesserung b. Erwachsenen

Problembewältigung	ca. 30 %
Multitasking	ca. 35 %
Beruf	ca. 32 %
Schlaf	ca. 32 %
Konzentration	ca. 30 %
Stressresistenz	ca. 36 %
Kreativität	ca. 22 %
Symptome	ca. 22 %
Organisation	ca. 33 %
Arbeitsfluss	ca. 27 %



Die grauen Zellen beanspruchen & die Lachmuskeln strapazieren

## Wären Sie

auch **gerne** ... kreativer  
wieder ... .. **leistungsfähiger**  
... **stressresistenter**  
... **konzentrierter**  
... **geschickter**  
... **aufnahmefähiger**  
... **entspannter**

Dann lernen Sie jetzt **Life Kinetik®** kennen  
- das „Gehirntraining durch Bewegung“

### ☀ Was können Sie erwarten?

Life Kinetik ist ein **sportliches, spaßiges und sensationelles** Gehirntraining für Jedermann.

**Sportlich**, weil alles über die Bewegung stattfindet. Dabei handelt es sich um einfache und sanfte Bewegungen, die jeder mitmachen kann. Ganz egal welchen Alters und Fitnesszustandes.

**Spaßig**, weil durch die ungewöhnlichen Bewegungen auch eine ganze Menge gelacht wird.

Die Auswirkungen sind einfach verblüffend und das ist **sensationell**.

### ☀ Wo profitieren Sie?

- Beruf
- Freizeit
- Lernen
- Gedächtnis
- Sport

### ☀ Die Übungsschwerpunkte

- Schnelle Bewegungswechsel
- Verknüpfen verschiedener Bewegungsaufgaben
- Rascher Wechsel zwischen verschiedenen Bewegungsrichtungen
- Kombinationen von kontinuierlichen Bewegungen mit plötzlichen Aufgaben und schnell wechselnden Aufgaben
- Überqueren der Körpermitte
- Training der Augenbewegung
- Erweiterung des Blickfeldes
- Ausgleich des Augendominanzverhaltens
- Aktivierung der Gehirnareale
- Gruppendynamische Prozesse

## Das **Life Kinetik®** Bewegungsprogramm zur Gehirnentfaltung

