

Neurozentriertes Gesundheitstraining – der individuelle Leistungsschub mit Grips

In dieser Fortbildung lernen Sie einen revolutionären neurowissenschaftlichen Trainingsansatz kennen, bei dem die im Hintergrund operierenden Systeme, das Gehirn und das Nervensystem, mit gezielten neuronalen Trainingsinterventionen verbessert werden. Die Übungen ermöglichen es, alltägliche Beschwerden zu beheben. Unter anderem können Kopfschmerzen und Migräne, Nacken- und Rückenschmerzen aber auch Magen-Darm-Beschwerden, Bluthochdruck, Tinnitus, Schlafprobleme, Bewegungseinschränkungen, Vergesslichkeit und Konzentrationsschwäche, sowie chronische Schmerzen behandelt und behoben werden.

Inhalte des Workshops:

- Sie erlernen Übungen, mit denen durch gezielte neuronale Reize des visuellen Systems die Konzentration, die Problemlösungsfähigkeit, die Gedanken-, Emotions- und Impulskontrolle sowie die Sehleistung verbessert werden
- Sie erlernen Übungen, mit denen durch gezielte neuronale Reize des Gleichgewichtssystem die Stressverarbeitung und alle organischen Funktionen optimiert werden
- Sie erlernen Übungen, mit denen durch gezielte neuronale Reize des taktilen Systems die Beweglichkeit verbessert werden und chronische Schmerzen gelindert werden.

Trainer:	Mag. Gregor Rossmann
Termin:	Dienstag, 29. August 2023, 09:00 bis 17:00 Uhr bis Mittwoch 30. August 2023, 09:00 bis 17:00 Uhr
Ort:	FH CAMPUS 02, Campus Zusertal, Körbnergasse 126, 8010 Graz
Teilnehmer*innenzahl:	max. 12 Teilnehmer*innen

Mag. Gregor Rossmann



Gregor Rossmann ist Sportwissenschaftler, Gesundheitsmentor und Neurotrainer. Als Gesundheitsexperte mit den Schwerpunkten neurozentriertes Training, Leistungssteigerung und Regeneration begleitet er Sie auf Ihrem Weg zu Spitzenleistungen und gesunder Leistungskraft.

Mit großer Begeisterung zeigt er Ihnen, wie Sie mit modernsten neurowissenschaftlichen, medizinischen und sportpsychologischen Trainingsinterventionen Ihre mentale und physische Leistungsfähigkeit entfalten und Ihre Gesundheit nachhaltig festigen.