



Curso «Gimnasia cerebral»

Objetivo	
	Identificar la capacidad potencial del cerebro e incrementar la comunicación entre mente y cuerpo con ejercicios que ayudarán a desarrollar el potencial.
Contenido temático	
	<ol style="list-style-type: none">1. Conceptos básicos2. Aprendizaje sensorial3. Imaginación y juego4. Cerebros en forma5. Ejercicios para todos
Metodología	
	<ul style="list-style-type: none">• El curso es teórico-práctico con el fin de que al final de cada nivel el participante tenga soltura en la práctica de los diferentes ejercicios y técnicas.• Los participantes a este curso aprenderán todos los ejercicios de la gimnasia cerebral y sus procedimientos para formular objetivos sencillos que mejoran la coordinación cerebro/cuerpo.• Durante el curso los participantes tendrán la oportunidad de experimentar la gimnasia cerebral en sí mismos (para su propio beneficio) y practicar con otros.
Duración	
	20 horas