

MOZKOVÝ JOGGING – TRÉNINK PAMĚTI

30. března 2026, 9.00–15.30

MÍSTO KONÁNÍ

Centrum Univerzita Tábor,
Vančurova 2904, 390 01 Tábor

KURZEM VÁS PROVEDE

Helena Žahourová

OBSAH KURZU

- Mozek a paměť – typy paměti, vliv životosprávy
- Trénink – kreativní cvičení, techniky zapamatování, pozornost
- Představivost – vizualizace, asociace, motivace
- Mentální mapy – 7 jednoduchých kroků tvorby
- Praxe – mnemotechniky pro čísla, hesla a data

CENA

1 490 Kč / 1 990 Kč (člen APSS ČR / ostatní)



+420 724 940 126



www.institutvzdelavani.cz

