

Topgolf-Formel - Lernen + Weiterentwicklung



Schon kurze, einzelne Bewegungseinheiten zeigen in Studien positive Effekte, nicht nur im Hinblick auf kognitive Leistungen, sondern auch im Hinblick auf Stimmung und Stresslevel.



MOTORISCHEN KORTEX AKTIVIEREN

Der präfrontale Kortex (der für logisches Denken verantwortlich ist) kann sich erholen



ADRENALIN AUSSCHÜTTUNG

Herzfrequenz, Blutdruck und Atemfrequenz werden erhöht und dem Körper so mehr Sauerstoff und Energie zur Verfügung gestellt.



BDNF-LEVEL ERHÖHEN

BDNF ist ein Protein, das von großer Bedeutung für Lern- und Gedächtnisprozesse ist.

Event Konfiguration

Tagungsraum mit Topgolf-Formel mit Sportliche Aktivität mit Gameplay-Breakout

Tagungsraum ohne Topgolf-Formel ohne Sportliche Aktivität

Eventformate

- Tagung
- Workshop
- Seminar

Topgolf-Formel

Topgolf-Formel =
Leistungsfähigkeit x 2

