

# Empfohlener Ausbildungsablauf

## Woche 1

**Erhalt des Schulungspaketes und des Kort.X®  
Gehirntraining Teppichs (2 separate Pakete)**

Login auf [www.kortx.training/account/schulungsplattform](http://www.kortx.training/account/schulungsplattform)  
Einführungsvideo und Erklärungen zum Skriptum  
(Arbeitsauftrag)

## Woche 2

**Theoretische Grundlagen 1 und 2**

(Gehirn, Nervensysteme und -leitbahnen,  
Neurotransmitter, Neuroplastizität, Input-Output)

**Kort.X® Analyse**

(Video, Checklisten und Arbeitsauftrag)

## Woche 3

**Modellstunde Gehirntraining für Senior:innen**

Schulungsvideos und Arbeitsauftrag

**Kursaufbau/-gestaltung Senior:innen**

Gruppenkurse, Individualtrainings, Arbeitsauftrag

**Musik**

Gestaltung und Verwendung

## Woche 4

**Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse**

Trends, Kort.X® Wirkung und Effekte

**Fokus- und Rhythmusübungen**

Aufbau und Gestaltung, Schulungsvideos

**Verwendung der Trainingsplattform**

Video und Abschluss

# Empfohlener Ausbildungsablauf

## Live-Webinare mit Antonia Santner

Die Termine für die nächsten Live-Webinare findest du auf der Schulungs- und Trainerplattform. Mit dem Klick auf das Feld „Webinar“ gelangst du direkt in die Besprechungsgruppe und kannst dort viele Neuigkeiten und interessantes Wissen erfahren. Gerne teilen Kort.X<sup>®</sup> Gehirntainer:innen ihre Erfahrungen und wenn du einmal vor einem Problem stehst und nicht weiter weißt, dann bekommst du hier Unterstützung.

### Wissensvermittlung

Bei den Live-Webinaren sind oft externe Expert:innen zu Besuch, die mit ihrem Wissen beeindruckend und Einblicke in die Welt der Gehirnforschung/-trainings geben. Im letzten Jahr war z.B. die Gedächtnisweltmeisterin, die Leiterin der Neuromentalakademie, ein Hypnose-Coach und eine Leistungssporttrainerin zu Gast.

### Erfahrungsaustausch

Gerne stellen wir mit unsere Erfahrung und Rat zur Verfügung. Der gemeinsame Austausch soll zusätzlich das Angebot verbessern und die Anwendung des Kort.X<sup>®</sup> Gehirntainings für dich in der Praxis erleichtern.

### Fragen

Du kannst bereits vorab Fragen an [info@kortx.training](mailto:info@kortx.training) senden, damit Antonia für den Besprechungstermin Unterlagen erstellen oder bei Bedarf externe Gehirntainer:innen einladen kann.

### ZOOM

Die Webinare werden mit ZOOM durchgeführt. Der Link zur jeden Sitzung befindet sich direkt auf der Schulungsplattform bzw. auf der Trainerplattform. Bitte lade dir ZOOM App auf PC oder Handy, um ohne technische Probleme an der Sitzung teilnehmen zu können.

Alle Termine werden aufgezeichnet und stehen zum Nachsehen im „News & Webinar“-Bereich zur Verfügung.