



# Wochenend-Live-Training „Schneller Wissen Speichern“

Der Workshop gegen Infostress im Büro und für schnelles Lernen in Weiterbildung und Studium

2 Termine im Großraum Stuttgart:  
16. – 18. April 2010  
19. – 21. November 2010

## Ihre Themen:

- SpeedReading
- Gedächtnistraining
- Motivation
- MindMapping
- Entspannung
- Tempo durch die richtige Auswahl der Informationen
- Überblickstechnik

Und viele mehr...

Praktisches Training mit zahlreichen Übungen, Beispielen und Übungsrunden mit Sofortnutzen

## In diesem Workshop werden Sie folgendes lernen:

- ✓ Doppelt so schnell zu lesen wie jetzt
- ✓ Wie Sie sich 5 Mal besser Inhalte merken können
- ✓ Motiviert auch „langweilige“ Informationen erfolgreich lernen
- ✓ Sich so Notizen zu machen, dass Wissen schnell in Ihrem Gedächtnis bleibt
- ✓ Sich in wenigen Minuten tief entspannen
- ✓ Exakt wissen, in welchen Schritten, mit welchen Techniken und Methoden Sie sich schnell, strukturiert und erfolgreich neue Wissensgebiete erarbeiten



Ihre Trainerin  
**Ulrike Säger**



Persönliche Unterstützung des Trainers während des Workshop für die eigenen Themen



So viel praktisches Training wie Sie brauchen, um das Lernsystem wirklich zu beherrschen



Ein genauer „Schritt-für-Schritt-Plan“ für die Zeit nach dem Workshop



Begeisternd und spannend von der ersten bis zur letzten Minute – bis zu 24 Stunden Intensiv-Training!

Mehr Informationen finden Sie unter  
[www.Seminare.SchnellerWissenSpeichern.de](http://www.Seminare.SchnellerWissenSpeichern.de)

# Wochenend-Live-Training „Schneller Wissen Speichern“

## Warum ist so ein Workshop die optimale Lösung wenn Sie wirklich schneller lernen müssen?

Weil Sie sich ungefähr 24 Stunden ausschließlich mit dem Thema schnelle Aufnahme und Abspeicherung von Wissen beschäftigen. Sie bekommen durch diese intensive Art des Trainings einen enormen Schub, und Sie werden nach dem Workshop völlig anders mit Informationen umgehen können: stressfrei, zuversichtlich, gezielt und erfolgreich.

## ...und das sagen bisherige Teilnehmer...



„Meine Lesegeschwindigkeit hat sich von 239 Wörtern /Minute auf 405 gesteigert. Außerdem hat mich beeindruckt, daß man ein Fachbuch in so kurzer Zeit erfassen und dann darüber sogar einen Vortrag darüber halten kann! Auch die verschiedenen Mnemotechniken habe ich auf spielerische Art und Weise gelernt. Ich war manchmal so überrascht, was ich kann....“  
**Gudrun Zarth**  
Trainerin, Eichstädt  
Bewertung: 1



„Hervorragend! Sehr anwenderfreundlich durch die sofortige Übung des Gelernten! Besonders beeindruckt hat mich die gelungene Gratwanderung zwischen richtig was schaffen und lernen und das ohne jeden Stress! Habe mich während des ganzen Workshops prima und immer entspannt gefühlt durch die sichere Führung.“  
**Lesetempo:** von 229 WpM auf 340  
**A. Berkenheide**  
Heilpraktiker, Walsrode  
Bewertung: 1



„Meine generelle Meinung ist, dass das Seminar sehr gut gemacht ist. Die Inhalte sind gut gewählt und sehr abwechslungsreich zusammengestellt. Das Tempo ist super. Man lernt viel ohne in Stress zu kommen. Ich kann mir jetzt Namen aller Leute merken, die in meinem Umfeld sind. Ich merke mir Uhrzeiten und Gleise von Zügen.“  
**Lesetempo:** von 172 WpM auf 320  
**Verena Johannsen**  
Marketingexpertin, Hamburg  
Bewertung: 1



„Ich hab wirklich viel von dem Workshop mitnehmen können! Ich bin verwundert und gleichzeitig begeistert, dass es Methoden gibt, wie ich meine Lesegeschwindigkeit drastisch verbessern kann sowie mein Erinnerungsvermögen! Der Workshop hat mir Wege gezeigt, wie ich das Gelernte in meinem Alltag (u.a. für die UNI) einsetzen kann.“  
**Lesetempo:** von 176 WpM auf 270  
**Awet Kessete**  
Student, Wuppertal  
Bewertung: 1,5



„Wenn ich die Fotos anschau, denke ich etwas wehmütig zurück, es war wohl das beste Seminar, das ich jemals besucht habe. Sowohl was die Atmosphäre anbelangte als auch den Lerninhalt. Außerdem stelle ich fest, dass jetzt meine Augen ihren unbewussten Weg über das Blatt finden und das in einem Affenzahn - bei vollem Verständnis.“  
**Lesetempo:** von 320 WpM auf 600  
**Sabine Steidle**  
Angest., Karlsruhe  
Bewertung: 1

## Ihre Trainerin



Ulrike Säger ist eine erfahrene Trainerin in der Erwachsenenbildung, Betriebswirtin und Technische Redakteurin. Neben Ihrer Trainertätigkeit kümmert sie sich bei Centered Learning um die Kundenbetreuung, die Seminarorganisation und viele innerbetriebliche Abläufe.

Sie kam zu Centered Learning, weil sie von der Kombination der Methoden zu dem strukturierten Lernweg überzeugt war und inzwischen hat sie auch schon viele TeilnehmerInnen überzeugt.

# In zweieinhalb Tagen zur sicheren Aufnahme von neuem Wissen

## Ihre Inhalte und Methoden

### Grundsätzliches

Centered Learning führt zu einer Beschleunigung der Aufnahme von neuem Wissen, weil es eine große Anzahl an wirksamen Gehirntechniken zu einem effektiven, in sich stimmigen System zusammenführt.

### Centered Learning als Lernsystem

#### 1. Schritt: Ausgleichs- atmung

Entspannung als Einstieg zu beschleunigtem Lernen

#### 2. Schritt: Überblickstechnik

vorbereitende Strukturen im Gehirn schaffen

#### 3. Schritt: Centering

Das Gehirn und die innere Haltung in den optimalen Lernzustand bringen

#### 4. Schritt: Mentales Fotografieren

vorbereitende Aufnahme der Informationen ins Unterbewusstsein

#### 5. Schritt: Aktivierung

bewusstes Verarbeiten der Informationen mit MindMaps  
Transformation von Fremdinformationen in Eigeninformationen

#### 6. Schritt: Visualisierungstechniken

Verwandlung abstrakter Informationen in Bilder, Gefühle, Sinneseindrücke

#### 7. Schritt: Vorträge

letzter Schritt der Integration des neuen Wissens durch bewusstes Verbalisieren

#### 8. Schritt: Absichern

Wiederholungsrhythmen um das neu erworbene Wissen langfristig zu sichern

**Zahlreiche zusätzliche Tools und Programme für die Zeit danach, um Ihren Erfolg noch mehr zu beschleunigen!**

### Centered Learning Zusatztechniken zur Beschleunigung des Lernsystems

- **Schnelleseübung**  
Steigerung des generellen Lesetempos
- **Akkumulierende Wahrnehmung**  
Visualisierungstraining
- **Wirbelsäulenwellen**  
energetisierende Übung zum Wachwerden
- **Konzentrationsindex**  
Erhöhung der Konzentrationsfähigkeit
- **Lernrhythmen**  
optimale, gehirngerechte Pausenrhythmen

### Theorie

- **Physiologie des Gehirns**  
den Alpha- oder Superlearningzustand bewusst herstellen
- **4 Phasen der Lesetemposteigerung**  
Hintergrundinformation zur Struktur der Erhöhung der Lesegeschwindigkeit
- **Soforthilfen zur Informationsbewältigung**  
Praxistipps für den sofortigen Einsatz ab Montag
- **Emotionen und Lernen**  
Die richtigen Gefühle erzeugen, die automatisch den Lese- und Lernprozess beschleunigen
- **4 Mat-System**  
Verständnis der unterschiedlichen Lerntypen und Folgen für den Büro- und Lernalltag

# Ihre Anmeldung zum Live-Workshop

**Der Intensiv-Workshop, der Einsteiger und Fortgeschrittene begeistert.  
Sie lernen:**

- ✓ Ihr **Lesetempo** massiv zu **steigern**
- ✓ **Zusätzliche Techniken** zur **Beschleunigung** der **Wissensaufnahme** wie Scan- und Überblickstechniken
- ✓ Wie Sie sich auch bei „langweiligen“ Informationen **optimal motivieren** können
- ✓ Sich alle Arten von **Wissen 5 mal schneller zu merken** – Zusammenhänge, Einzelfakten, Zahlen oder Namen
- ✓ Wie Sie sich schnell und sicher in den **optimalen Lernzustand** bringen können
- ✓ Schnell die **Informationen im Buch** zu **finden**, die wirklich **wichtig** und wertvoll für Sie sind, um keine Zeit mehr mit überflüssigen und nutzlosen Details zu vergeuden
- ✓ In Zukunft das **schlechte Gewissen** angesichts ungelesener Bücher- oder Textberge **loszuwerden**
- ✓ Einen einfachen Weg sich **Organigramme und grafische Darstellungen** aller Art **einzuprägen**
- ✓ Einen **präzisen Fahrplan**, um sich neues Wissen zu erobern – und zwar schnell, effizient und erfolgreich um in **Zukunft** sehr viel **Zeit** zu **sparen**

## Preise und Anmeldung

**Buchen Sie gleich Ihren Intensiv-Workshop „Schneller Wissen Speichern“ für 445,- Euro!**

Sobald Ihre Anzahlung von 100,- Euro eingegangen ist, ist Ihr Platz fest reserviert.

**Anmeldung:** Einfach ausfüllen und per Fax an **03212 1048176** oder **online** unter [www.Anmelden.SchnellerWissenSpeichern.de](http://www.Anmelden.SchnellerWissenSpeichern.de)

**Jetzt Anmelden!**

Bitte tragen Sie hier Ihre Daten ein:

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Telefon/Fax

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort

**Ja, ich melde mich zum Intensiv-Workshop „Schneller Wissen Speichern“ an:**

- Workshop vom 16. – 18. April 2010** bei **Stuttgart** mit **Ulrike Säger** zum Preis von € 445
- Workshop vom 19. - 21. Nov. 2010** bei **Stuttgart** mit **Ulrike Säger** zum Preis von € 445

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift

\_\_\_\_\_  
Email

Es gelten die Seminar-Konditionen von Centered Learning Deutschland, die Sie [hier](#) einsehen können

**Bankverbindung für die Anzahlung von 100 Euro:**  
Konto: 030 383 6223 BLZ: 300 606 01 Deutsche Apotheker- und Ärztebank