

Adventskalender, Tag 3



Mit Lern-Break's zu mehr Konzentrationspower

Unser Gehirn braucht Pausen, am besten geeignet sind bewegte Pausen, also los geht's:

https://www.sport.tu-clausthal.de/fileadmin/Sport/documents/Hochschulsport/Bewegt_studieren/Lern_Breaks/Lern-Break_aktiv_stehend.pdf