

# GiMnAsla CeReBraL





# **GiMnAsia CeReBraL**

La Gimnasia Cerebral es una serie de movimientos corporales sencillos que activan o interconectan ambos hemisferios del cerebro, logrando condiciones óptimas para realizar diversas actividades



# Beneficios

- Mejora la capacidad de concentración y de memoria
- Optimiza la lectura, escritura y procesos lógicos matemáticos
- Enfoca y ordena las actividades del pensamiento

# Ejercicios





# Dedos Entrelazados





# Puño y Señala





# Cuatro y Señala

