

## VisuMental- & Golf-Mentalcoaching

**05.06.2017 - 13:00-16:00 Uhr am Peiner Hof**

**DynamicEye®-Konzept: optimieren Sie Ihre**

- Ball-/Zielfixation
- Auge-/Handkoordination
- Distanzwahrnehmung
- Koordination & Blickstrategie.

*Visu-Mentaltest &  
Visuelles Training*

**Mehr Wiederholbarkeit motorischer Fähigkeiten & mehr visuelle Ausdauer für konstant gute Leistungen und besseres Handicap!**

**&**

**Mentaltechniken aus dem Spitzensport:**

- Konzentration, Fokussierung & Motivation
- Umgang mit Stress, Druck, Ärger, Fehlschlägen
- Selbstvertrauen, innerer Ruhe & Spaß
- Mental-Tipps für Training, Runde
- Mentale Turniervorbereitung

*Mentalfitnesscheck  
Mentalcoaching &  
Übungen auf der Range*

**Zielgruppe: ab Hcp 54, Einzelspieler, Mannschaften**

**Dauer: ca. 3 Std.**

**Kosten: ab 79€**