

Golf- Mentalworkshop im



Mit praktischen Techniken:

- Mentalbremsen erkennen und lösen
- Optimierung von / zum
 - ✓ Konzentration & Motivation
 - ✓ Flow-Modus auf Knopfdruck abrufen
 - ✓ Umgang mit Störfaktoren, Stress, Ärger, Zweifel, Unsicherheit etc.
 - ✓ Gelassenheit, Ruhe, innerer Stabilität & Freude
 - ✓ Selbstvertrauen und Entschlossenheit
- Mentale Turniervorbereitung
- Tipps für mehr Spaß und Erfolg im Training & Spiel
- Indoor und auf der Range (bitte Schläger und Bälle mitbringen)

Termine

04.04.20
18.04.20
25.04.20
02.05.20

Inklusiv-Leistungen:

+ 180 min Workshop
+ Mittagessen
+ Softdrink
+ 9-Loch – Greenfee

Messe-
Rabatt

99€
statt 119€



Dipl.- Psych. Janin Tesmer
Sportpsychologie,
Klinische Psychologie
www.mental-coach-hamburg.com

Mental Coach Hamburg
Oberstraße 26
20144 Hamburg
Tel: 04060579974

