

Webinar "Tennis Mental fit & stark!"



Coach Dich selbst mit Strategien aus dem Spitzensport

- löse mentale Blockaden & rufe Bestleistungen ab
- steigere Konzentration, Fokussierung & Flowmodus
- verbessere Deinen Umgang mit Stress, Wut, Zweifel, Nervosität, Störfaktoren, Fehlschlägen, Krisen etc.
- optimiere Deine mentale Matchvorbereitung
- Tipps und Tricks für Training, Match, mentales Spiel

**Webinar auf edudip mit viel Interaktion:
Kamera, Mikro & Vorerfahrungen nicht nötig!**



wann: (in Arbeit)
11:00 bis 14:00 Uhr
Kosten: 49€ p.P.
Durchführung bei mind. 8 TN

**Bei Interesse bitte melden:
praxistesmer@aol.com**