

Mentaltrainings-Seminar
„Erfolg und Glück beginnen im Kopf!“



Stehen Sie in Ihrem Leben ständig vor Herausforderungen und treffen regelmäßig Entscheidungen?

Profitieren Sie von dem Heidelberger-Kompetenztraining und machen Sie sich theoretisch fundierte und praxistaugliche mentale Strategien und Kompetenzen zu eigen, um in Zukunft zielgerichtet und ressourcen-orientiert zu agieren. In dem Seminar lernen Sie, Ihre Ziele konkret zu formulieren und sich Konzentrationstechniken anzueignen.

Außerdem erweitern Sie Ihren Erfahrungsschatz durch das Reflektieren und Verinnerlichen der eigenen Stärken und das Entwickeln von Lösungsstrategien, um optimistisch und selbstsicher den Herausforderungen gewachsen zu sein.

Gemäß des Zitates: "Erfolg hat drei Buchstaben: TUN!"

Termin: Samstag, den 24. Februar 2018;
von 09:00- 17:30 Uhr (inkl. Pausen)

Ort: Erzbischöfliches Jugendamt, Konferenzraum im EG
Preysingstraße 93
81667 München

Kosten: 79€/ 59€ für Mitglieder eines DJK-Vereins
Überweisung auf das Konto der Deutschen Kreditbank
IBAN: DE29 1203 0000 1057 7482 36
BIC: BYLADEM1001
Verwendungszweck: Mentaltrainingsseminar + Name

Anmeldung: verbindlich bis spätestens 15. Februar 2018 schriftlich
bei: Sportwartin@djkdv-muenchen.de

Mindestteilnehmerzahl: 6

Referentin: Stefanie Lenk, Mentaltrainerin, DV-Sportwartin

Hinweis: Bitte bringen Sie Schreibzeug mit.

Ich freue mich auf Ihr Kommen und Sie bei Ihrer persönlichen Zielerreichung
zu begleiten.

Ihre Stefanie Lenk