



Mentale Stärke vor und im Match!

Krafttraining für dein Gehirn

Seminar mit Dipl. Mental-Coach Nicole Wendland aus
der Schweiz



Für wen? Mädels und Jungs von 12 – 17 Jahre

Wann? Samstag, 7. oder 14. November 2015
14.00 – 17.00 Uhr

Wo? Tennishalle Benthin, Seeweg 10,
69502 Hemsbach

Beitrag 45 € inkl. kleiner Verpflegung

Was lerne ich?

- Wie du dich mit gezielten, mentalen Übungen viel besser auf dein bevorstehendes Spiel vorbereiten kannst
- Während des Spiels Konzentration auf den Punkt halten!
- Besser mit Druck und Wut umgehen

Als langjähriger Mental- und Hypnose-Coach in der Schweiz begleitet Nicole Wendland verschiedene Sportler bei der Erreichung ihrer persönlichen Ziele (Golf, Tennis, Fussball, Bogenschiessen, Kajak, Marathon usw.).

Mach mit - wir freuen uns auf dich!



Mentale Stärke vor und im Match!

Krafttraining für dein Gehirn

Seminar mit Dipl. Mental-Coach Nicole Wendland aus
der Schweiz



Anmeldung für Mentaltraining 2015 Hemsbach

Name, Vorname:.....

Geburtsdatum:

Telefon:.....

E-Mail:.....

7. November 2015

14. November 2015

(Bitte Wunschtermin ankreuzen. Es findet der Termin mit den meisten Teilnehmern statt. Info zum finalen Termin wird rechtzeitig kommuniziert.)

Unterschrift (ggf. Erziehungsberechtigter):

.....

Die Anmeldung bitte bis spätestens 15.10.2015 verbindlich per mail an elkebrinkmann@linisports.de schicken oder im Training abgeben. Die Gebühr ist vor Ort in bar zu entrichten.