

Die richtige mentale Verfassung hilft im entscheidenden Moment, die Technik optimal einzusetzen, um persönliche Bestleistungen zu vollbringen - im Sport, im Business und privat.

(Christoph Sieber, Olympiasieger Surfen)

ausbildung
in
resonanz



+ resonanz-mentalcoach für sport und führungskräfte

Lernen von den Besten!

Ziel:

„Resonanz-Flow“-Zustand: Das Agieren im Zustand des Flow ermöglicht persönliche Höchstleistungen, ohne sich zu verausgaben. Die Dominanz positiver Emotionen setzt Energien frei, die Stärkung statt „Burnout“ bewirken. „High Performance State“ ist ein physischer & psychischer Zustand, in dem das persönliche Potenzial voll genutzt wird.

Inhalt:

Sie lernen, Ihre eigenen Potenziale und Bestleistungsstrategien und die Ihrer SportlerInnen/MitarbeiterInnen herauszufinden und bewusst zu machen, sodass sie jederzeit abrufbar sind.

- + Zielerreichung als Grundlage für gewünschte Erfolge
- + Strategien für die Zielerreichung optimieren
- + Bei Stress und Druck ausgeglichen und ruhig bleiben
- + Den optimalen Leistungszustand halten
- + Aus Niederlagen gestärkt hervorgehen

Ablauf/Organisation:

1. Basis-Diplom (4 Module à 3 Tage)
2. Master-Diplom (4 Module à 3 Tage)

Kosten:

Basisdiplom + Supervision: €2178,- (inkl. MwSt.)
Masterdiplom + Supervision: €2178,- (inkl. MwSt.)

Termine:

Basis Module:	14. - 16.04.08	26. - 28.05.08
	14. - 16.07.08	08. - 10.09.08
Master Module:	01. - 03.12.08	12. - 14.01.09
	02. - 04.03.09	11. - 13.05.09

Kostenloser Infoabend:

Ella's Kultursalon, Füttererg. 1, 2.Stock/Tür 6, 1010 Wien

Datum: Dienstag, 4. März 2008

Beginn: 19:00 Uhr (Dauer ca. 90 Min)

Ihre TrainerInnen:

Dr. Gundl Kutschera

T 01 5975031

g.kutschera@kutscheracommunication.com



Toni Harrer

T 0664 2526219

t.harrer@kutscheracommunication.com



Ute G. Tschirk

T 0676 6312961

u.tschirk@kutscheracommunication.com

