



Mag. Regina Swoboda | www.mentalerleben.at | Seminarhighlight November 2019

3-Tages-Seminar im November: WAS IST EIGENTLICH MENTALTRAINING?

EIN FASZINIERENDER EINSTIEG IN DIE WELT DES MENTALTRAININGS.

Sie wollten schon immer wissen, was erfolgreiche, mental starke Menschen ausmacht? Wie Sie auf einfache Weise Denkblockaden lösen können und Verhaltensweisen ändern können? Welche Kraft die Methode der Visualisierung birgt und wie leicht diese Technik auch im Alltag anwendbar ist? Dann ist dieses Seminar für Sie genau richtig!

Im Rahmen des Seminars erfahren Sie, wie Sie

- Ihr persönliches mentales Potential nützen
- durch einfache Visualisierungstechniken Ihre Ziele erreichen
- erlernte, blockierende Denkweisen erkennen und lösen
- Mentaltraining ganz einfach in Ihren Alltag integrieren können.

Das Seminar findet in der Kleingruppe bis max. 12 Personen statt. Es erwarten Sie drei interaktive, lebendige Tage, mit dem Ziel, für sich selbst wertvolle Erkenntnisse und hilfreiche Werkzeuge in den eigenen Alltag mitzunehmen.

Seminartermin: 22. - 24. November 2019 (Fr 14-20h, Sa & So jeweils von 10 - 18h)

Seminarort: Institut mental erleben, Sprengersteig 2, 1160 Wien

Ihre Trainerin: Mag. Regina Swoboda (Mentaltrainerin, zert. Fachtrainerin & Resilienztrainerin)

Preis pro TeilnehmerIn € 395,- inkl. 20% UST (inkl. Seminarunterlagen & Kaffeepausen)

Für weitere Informationen und Details kontaktieren Sie mich bitte unter der Tel. +4369915816223 oder per Email unter praxis@mentalerleben.at

Herzlichst,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Regina Swoboda'.

Mag. Regina Swoboda