

Mentale Stärke - 7 Lektionen zum Erfolg

Verbesserungspotentiale im SchachSport und in der Lebensführung

24. – 26. Juni, Salzburg

Inhalte	Flow, Emotionsregulation, Entscheidungsfindung am Brett und im Leben, Leben im Hier und Jetzt, Umgang mit Fehlern, Gedanken und Selbstregulation, Aktivierung und Entspannung
Methoden	Workshops, Selbsterfahrung, praktische Übungen, kurze Theorieeinheiten, Yoga für Einsteiger
Referenten	<p>Peter Vogl: Mentaltrainer mit dem Ansatz: „Wer etwas erreichen will, muss stören.“ Zahlreiche Erfahrungen in verschiedensten Sportarten; Arbeit mit dem Wiener Jugend- Schachkader; zahlreiche Vorträge in der öst. Traineraus- und Fortbildung</p> <p>Harald Schneider-Zinner: Internationaler Meister, diplomierter Mentaltrainer, coachte jahrelang den Frauennationalkader und einige der erfolgreichsten österreichischen Nachwuchsspieler; Leiter der Trainerausbildung 2010 – 2020 in Kooperation mit der Bundessportakademie Wien</p>
Ort	Hotel Servus Europa Salzburg; am Walsberg Nord www.servuseuropa.at ; Limitierte Zimmerzahl; Infos bei Günter Vorreiter: quenter.vorreiter@aon.at +43 66411370 65
	Bei Bedarf: Transfer vom Bahnhof zum Hotel und zurück
<u>Seminarablauf:</u>	
Freitag, 24.6.	18:00: Sektempfang, 19:00 – 21:00: Seminar
Samstag, 25.6.	9:00 – 18:00: Seminar; Abends: angeleitete Traumreise oder Ausflug zur Salzburger Altstadt (im Preis nicht inkludiert)
Sonntag, 26.6.	9:00 – 13:00: Seminar
Seminarkosten	Seminargebühr: 175€: Early Bird: 150€ (bis 10. April) Inklusive: Kursunterlagen, Fortbildungsbestätigung über 25 Einheiten
Überweisung an	IBAN: AT832011128523187200 BIC: GIBAAATWWXXX Harald Schneider-Zinner
Anmeldung und Seminarinfos:	Harald Schneider-Zinner: hsz@chello.at Tel.: +43 699 1 945 82 90

„Ob du denkst, du kannst es oder du kannst es nicht,
du wirst in beiden Fällen recht behalten.“ *Henry Ford*

