

Mentale Kraft & Stärke

Träume nicht dein Leben, lebe deinen Traum!



Was das Ziel ist, bestimmt nicht der Wind, sondern das Segel und der Steuermann!

Tageskurs – Inhalte

Mentaltraining ist mehr als nur positives Denken
Unsere Gedanken, unser Gehirn & unser Verstand – richtig lenken
Bewusstsein & Unterbewusstsein & unsere Programmierungen
Standortbestimmung & Lebensrad
Ziele richtig formulieren
Der Weg – Strategien für die Zielerreichung
Vorstellungskraft & Visualisieren
Zeitmanagement – bestimme selbst über deine Zeit
Positives Selbstbild - prüfe deine Gedanken und Überzeugungen
Glaubenssätze erkennen und verändern
Positive Affirmationen für dich selbst, deinen Beruf und deine Gesundheit
Entspannungstechniken - für Stressabbau und Konzentration
Erfolgsmanagement & Weisheiten des Erfolges
Der Sinn des Lebens & deine Gaben & Talente
Deine Visionstafel

Termine

Melde dich gerne bei Interesse –Termine nach Anfrage & Absprache

Kosten

Fr. 290.- inkl. ausführlichen Unterlagen
Fr. 190.- für Wiederholer & Teilnehmer mein Jahr