



STRESSMANAGEMENT und MENTALTRAINING

für Hundesportler

Der VfSuW Stuttgart veranstaltet ein Seminar mit dem anerkannten Mental-Coach und Hundesportler Friedrich J. Suhr. (mental-strategie.de)



"Stress ist, was dein Kopf daraus macht"
Friedrich J. Suhr

Ihr habt Lampenfieber oder seid vor Prüfungen/ Turnieren nervös?
Es fällt euch schwer, an Turniertagen einen kühlen Kopf zu behalten?
Überträgt sich eure Nervosität auf euren Vierbeiner?

Dann ist das Stressmanagement und Mentaltraining mit Friedrich J Suhr genau das Richtige für euch!

Die Inhalte des Stressmanagements und Mentaltrainings helfen euch nicht nur stressige Situationen an Prüfungstagen zu bewältigen, sondern können euch auch in Alltags-situationen hilfreich sein. Es werden Methoden gezeigt und ausprobiert, die euch helfen, an Prüfungstagen einen kühlen Kopf zu bewahren, um so eure Leistung besser abrufen zu können.

Wann: 17.11 bis 19.11.2017

Beginn Freitag 13.00 Uhr bis ca. 18.00 Uhr

Beginn Samstag + Sonntag 9.00 Uhr bis ca. 18.00 Uhr

Kosten: 185€ inkl. Infomaterial, Kaffee, Tee und Kuchen

Wo: VfSuW Stuttgart, Weidenbrunnen 139, 70378 Stuttgart

Teilnehmer: max. 12 Personen (Das Seminar ist ohne Hund)

Anmeldung: Bei Interesse Email an Birgit Bauer
joachim555@arcor.de