

Mental stark sein

Erfolgreich denken wie Spitzensportler

Ein interessantes Seminar zu aktuellem Thema

Die moderne Gehirnforschung hat festgestellt, dass ein Trainieren des Gehirns, also gezieltes mentales Üben, für unser Wohlbefinden von grosser Bedeutung ist. Dieses bewusste Denk-Training ist von grosser Bedeutung, denn alles was geschieht im Leben des Menschen, basiert auf Gedanken.

- Können Sie sich vorstellen, dass es entscheidend ist, mit welchem Denkverhalten Sie eine schwierige Lebenssituation meistern?
- Denken Sie auch, dass Sie Ihre Ziele bewusst erreichen können?
- Und wissen Sie, dass Sie dieses Denken selbst beeinflussen können?

Lis Lustenberger zeigt auf ihre humorvolle und kompetente Art mögliche Wege der Befreiung aus alten Denkmustern auf.

Abendseminar in Altdorf

Ort: Hotel zum goldenen Schlüssel

Referentin: Lis Lustenberger
dipl. Pädagogin, Mentaltrainerin,

Daten: 6.1. /20.1. /27.1./ 3.2. 2020

Zeit: Jeweils 19.00 – 21.30 Uhr

Gebühr: Fr. 240.-- (für 4 Abende)



Seit Jahren begleitet die Referentin mit grossem Erfolg Spitzensportler, Schüler, Studenten, Berufsleute, Menschen im Alltag auf dem Weg, bewusst und sicher ein gewünschtes Ziel zu erreichen. Ihre breite Erfahrung stellt sie gerne anhand von Referaten mit praktischen Übungsbeispielen einem interessierten Publikum, Firmen und Vereinen zur Verfügung.



Weitere Infos und Anmeldung unter:

041 - 220 19 19 oder www.mentalstark.ch