



Mentaltraining

Einführung ins Mentaltraining*

Die folgende Veranstaltung richtet sich an alle Personen mit Interesse am Mentaltraining und soll den Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen Einblick in dieses Thema verschaffen. Es werden einfache Übungen, verschiedene Methodenansätze und diverse Seminarangebote von professionellen Mentaltrainern vorgestellt.

Datum: 16. November 2023

Zeit: 17.00 bis ca. 19.00 Uhr

Ort: Seniorenzentrum Rigahaus, Gürtelstrasse 88, Chur

Kosten: Fr. 20.--

Anmeldung: Mit untenstehendem Formular (Platzzahl beschränkt)

Freundliche Grüsse

A handwritten signature in black ink that reads "H. Neuweiler". The signature is written in a cursive, slightly slanted style.

Heinrich Neuweiler, dipl. Mentaltrainer ILP

* = Definition und Überblick → siehe unter https://de.wikipedia.org/wiki/Mentales_Training

Bitte bis am 3.11.2023 an H. Neuweiler senden: heinrich.neuweiler@ksgr.ch
oder Heinrich Neuweiler, Winterbergweg 13, 7000 Chur, Tel. 079 541 10 22

- Ich nehme gerne an der Veranstaltung vom 16. November 2023 teil
- Ich kann nicht teilnehmen, möchte gerne über weitere Angebote betreffend Mentaltraining informiert werden

Vorname: Name:

Str.: Nr.:

PLZ: Ort:

Natel oder Tel.:

E-Mail:

Datum: Unterschrift: