Mentaltraining

Deine Gedanken - Dein Erfolg

***M** otivation*
***E** ntspannung*
***N** eue Wege*
***T** räume erleben*
***A** lternativen finden*
***L** ösungen*
***T** un*
***R** uhe*
***A** lltag leichter meistern*
***I** nitiative ergreifen*
***N** atürlichkeit*
***I** nnerlichkeit*
***N** ähe*
***G** elassenheit*

KONTAKT

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage! ☺

Manuela Bösch: (+43) 0676/7886948
Verena Raidl: (+43) 0664/1234374

www.mentaltrainers.at
info@mentaltrainers.at

BÖSCH & RAIDL

Mentaltraining

Deine Gedanken - Dein Erfolg

Du bist, was du denkst.
(Buddha)

UNSERE ANGEBOTE

❖ **Mentaltraining Basisseminare**
à 270,- Euro, jeweils 2 Tage:

Teil 1: *„Die Kraft der Gedanken – Die Macht der Gefühle"*
Teil 2: *„Sich als Schöpfer erleben – Konzentration des energetischen Potentials"*
Teil 3: *„Die Kunst zu sein – Ein Leben als ich selbst"*

Aus den Inhalten:

- ✓ wahres positives Denken
- ✓ die Kraft der Gedanken
- ✓ Gedankenkontrolle/ Gedankendisziplin
- ✓ Psychohygiene
- ✓ Praktische Übungen
- ✓ Entspannungsübungen und Meditation
- ✓ Tagesbewusstsein, Unterbewusstsein, Überbewusstsein
- ✓ Suggestionen, Glaubenssätze, Affirmationen
- ✓ Ziele und Wünsche
- ✓ Sich „stimmig" machen
- ✓ Leben im Hier und Jetzt

❖ **Unser Mentaltraining ist auch in einzelnen Trainingsstunden buchbar.**

Die Gedankenkraft ist wie ein Boomerang. Man erntet, was man sät.

Mentaltraining hilft Ihnen

- ✓ **Ihre** Gedanken zu kontrollieren
- ✓ zu lernen, bewusst und positiv zu denken
- ✓ mental auf ein Ziel vorzubereiten
- ✓ Ihre Stärken zu stärken
- ✓ die richtige Ursachen für die gewünschte Wirkung zu setzen
- ✓ zur Steigerung der Konzentration und Vorstellungskraft
- ✓ zu einer stabilen, authentisch handelnden und erfolgreichen Persönlichkeit

Mentaltraining – zum Entdecken und Nutzen der Gedankenkraft

IHRE MENTALTRAINER

Mag. Manuela Bösch

- **Dipl. Mentaltrainerin** für Erwachsene
- **Dipl. Mentaltrainerin** für Kinder
- **Zertifizierte Fachtrainerin** (EN ISO 17024)
- **Trainerin** in der Erwachsenenbildung
- **Trainerin** für Kinder & Jugendliche
- **Autorin**

- ✓ *Mentaltraining für Erwachsene*
- ✓ *Mentaltraining für Kinder*
- ✓ *Mentaltraining für SchülerInnen*
- ✓ *Vorträge*
- ✓ *Basisseminare (Weiterbildung)*
- ✓ *Dipl. Mentaltrainer- Ausbildung (nach Tepperwein)*

Verena Raidl

- **Dipl. Mentaltrainerin** für Erwachsene
- **Dipl. Mentaltrainerin** für Kinder
- **Zertifizierte Fachtrainerin** (EN ISO 17024)
- **Trainerin** in der Erwachsenenbildung
- **Trainerin** für Kinder & Jugendliche