



Mentaltraining Abende

Jeden Montag 18:00 - 20:00

Sehnen Sie sich auch nach einem einfacheren Leben mit weniger Anforderungen und mehr freier Zeit zum Relaxen, um die wirklich wichtigen Dinge im Leben geniessen zu können und trotzdem Ihre Ziele und Wünsche zu erreichen? Dann sind diese Abende in einer kleinen Gruppe, max. 7 Teilnehmer/innen, das ideale für Sie.

An diesen Abenden gebe ich Ihnen die Möglichkeit, in einem ungezwungenen und geschützten Rahmen Methode des Mentaltrainings ganzheitlich zu schnuppern.

Inhalt der Abende - Mit modernsten Methoden zum Erfolg:

- Selbstreflektion stärken
- Ziele erkennen und verwirklichen
- Visualisierung entwickeln
- Kreativität entdecken
- Austausch in der Gruppe
- uvm.

Sie werden erkennen können, was bisher unförderlich war an Prägungen, Glaubensmustern und folglich Ihren Verhaltensweisen. Die gewohnheitsmässige Sichtweise darf überprüft und auch aufgegeben werden. Im Vordergrund steht der Erfolg!

Diese Abende sind für Frauen und Männer jedem Alter, Beruf oder Studium geeignet. Ein- und aussteigen ist jederzeit möglich.

Kosten: CHF 60.-- pro Abend

Info und Anmeldung: 078 711 57 57 oder info@peoplecare.ch