

Golf Mental Kompakt

Inhalt:

- ñ Intensivworkshop Golf Mental mit den Inhalten des Grundlagen Workshops, Golf in the Mood und Golf Mental Tools
- ñ Plus Erweiterungen, Vertiefungen und individueller Verfeinerung.

Ausrichtung:

“Ein gleichsam einstelliges Golf Mental-HCP erreichen.”

Wie gewohnt: Arbeit etwa 50% im Seminarraum, 50% auf DR und Platz.

Für wen:

Für alle, die sich gezielt, intensiv und umfassend ihr MentalGame en bloc aneignen wollen.

Dauer:

Sonntag 18:00h – (Arbeit auch an den Abenden) – Freitag, ca. 15:00h

Termin:

N.N.

.Individuelles Coaching

- ñ Telefonisch
- ñ Persönlich

Inhalt, Zeit, Ort, Dauer:
Entsprechend Ihren Bedürfnissen.
Wo immer möglich, mit gemeinsamer praktischer Umsetzung.

Ich freue mich auf Ihre
Kontaktaufnahme:

dr. wolfgang kuner
MentalGame Coach Professional®
NLP Sports Practitioner
DGV-Lizenztrainer (C)
Spielleiter

info@golfpower.info
+49 (0)175 2711290
www.golfpower.info

... the other half is physical ...”

“...90% in Golf is mental ...”

Golf Mental

Seminare
August - Oktober 2011



www.golfpower.info

Workshop Golf Mental

Inhalt:

Grundlagen des Mental Game, insbesondere

- ñ Einstellungen / Erwartungen / Programmierungen
- ñ MentalGame-Instrumente für die Runde
- ñ Routinen.

Schwerpunktsetzung und Zuschnitt individuell, entsprechend Ihren Bedürfnissen.

Ausrichtung:

Kennen(lernen) und Können, deshalb etwa 50% im Seminarraum, 50% auf DR und Platz.

Für wen:

Für alle, die sich ein breites, solides MentalGame-Fundament erarbeiten und aneignen wollen.

Dauer:

Freitag 18:00h – (Samstagabend bis ca 21:00h) – Sonntag, ca. 15:00h.

Termine:

09.09. – 11.09.
21.10. – 23.10.

Neu: Golf in the Mood

Inhalt:

Gelingende Schläge setzen (Kontroll- u.a.) Gedankenfreiheit voraus, ein nur "Im-Schlag-Sein". Ein Weg dazu ist, Gedanken abzuschalten und durch die exakt zu Ihnen passenden (Schwung-)Sounds (Ihr "Tour-Tempo") in Ihren Rhythmus zu gehen. Der Workshop bringt MentalGame Grundlagen mit diesen neuesten Entwicklungen zusammen.

- ñ Grundlegende Einstellungen / Erwartungen / Programmierungen
- ñ Erarbeitung der für Sie persönlich passenden Spielroutine(n) und eines Spiel-Flows entsprechend ihrer "Spielpersönlichkeit"
- ñ Ermittlung und Erstellen Ihrer Spiel- und Schlagtempi / -sounds.

Ausrichtung:

Analysieren, Kennen(lernen) und Können, deshalb etwa 50% im Seminarraum, 50% auf DR und Platz. Wir arbeiten mit Video und Sound.

Für wen:

Für alle, denen es schwerpunktmäßig um "einen freien Kopf" geht und die sich diesen gehirngerechten, tonfolgenden Weg zu persönlichem Spielfluß, Routine und Schwung aneignen wollen.

Dauer:

Donnerstag 18:00h – (Fr.- / Sa.-abend bis ca 21:00h) – Sonntag, ca. 15:00h.

Termine:

03.09. – 06.09. / 02.10. – 05.10.

Neu: MentalGame Tools

Inhalt:

Der Workshop für die Antworten auf die Frage: "was tue ich, wenn ...", mit Schwerpunkt auf der Palette von zentralen

- ñ Instrumenten bei spielstörenden Situationen und
- ñ Wiederherstellung der "Spielfähigkeit". Dazu wichtig auch
- ñ Bedeutung und Gestaltung von Einstellungen / Erwartungen / Programmierungen.

Ausrichtung:

Kennen(lernen) und Können, deshalb etwa 50% im Seminarraum, 50% auf DR und Platz, insbesondere unter "Streßbedingungen".

Für wen:

Für alle, denen es schwerpunktmäßig um das MentalGame-"Handwerkszeug" während der Runde geht.

Dauer:

Freitag 18:00h – (Samstagabend bis ca 21:00h) – Sonntag, ca. 15:00h.

Termine:

26.08. – 28.08.
23.09. – 25.09.