

"...90% in Golf is mental ..."

Golf Mental

Seminare August - Oktober 2011



www.golfpower.info

Workshop Golf Mental

Inhalt

Grundlagen des Mental Game, insbesondere

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

Schwerpunktsetzung und Zuschnitt individuell, entsprechend Ihren Bedürfnissen.

Ausrichtung

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

golfpower.info

Für wen

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

Max. 6 TeilnehmerInnen.

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.

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

golfpower.info

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

- Instrumenten bei spielstörenden Situationen und
- Wiederherstellung der “Spielfähigkeit”. Dazu wichtig auch
- 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

The logo for 'golfpower.info' is displayed in a white, sans-serif font. The word 'golfpower' is in a larger font size than '.info'. A small white circle is positioned between 'power' and '.info'. The logo is set against a background of a green, textured field that resembles grass.

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

Max. 6 TeilnehmerInnen.

Dauer

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

Termine

26.08. – 28.08.

23.09. – 25.09.

Golf Mental Kompakt

Inhalt

- Intensivworkshop Golf Mental mit den Inhalten des Grundlagen Workshops, Golf in the Mood und Golf Mental Tools
- 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.

Max. 6 TeilnehmerInnen.

Dauer

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

Termin

N.N.

Individuelles Coaching

- Telefonisch
- Persönlich.

Inhalt, Zeit, Ort, Dauer:

Entsprechend Ihren Bedürfnissen.

Wo immer möglich, mit gemeinsamer praktischer Umsetzung.



golfpower.info

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 ...”