



ZEPRA WORKSHOP

Mentaltraining

«In welcher Haltung habe ich Erfolg?», «Wie reagiere ich optimal auf Misserfolge und bei Schwierigkeiten?», oder «Wie kann ich mich selbst am besten dorthin steuern, wohin ich gerne kommen will?».

Erfahren Sie durch theoretische Inputs und praktische Übungen, Ihre Gedanken bewusst zu lenken. Steuern Sie mit dem WowPrinzip optimal in Richtung Erfolg.

Inhalte

- Selbststeuerung
- Optimale Haltung
- Sinnvoller Einsatz von Energien
- Gebrauchsanweisung für's Gehirn
- WowPrinzip von Manfred Gehr-Huber

Methoden

- Aufbau von Selbstkompetenz
- Einfache Übungen zur Selbsterfahrung
- Kreatives Vermitteln von anwendbarem Grundlagenwissen
- Transfer in den Lebensalltag

Referent

- Manfred Gehr-Huber
Mental- und Motivationstrainer für Persönlichkeiten aus Wirtschaft, Bildung und Sport
Experte für Selbststeuerung, Mathematikdozent, Lernberater

Termine

- Montag **12.03.2012**, 08.30 bis 12.00 Uhr oder
Montag **20.08.2012**, 08.30 bis 12.00 Uhr

Kosten

- CHF 150.– inkl. Pausenverpflegung und Workshop-Dokumentation
- für eine betriebsinterne Durchführung verlangen Sie bitte eine Offerte

Ort

ZEPR A | Schulungsraum | Unterstrasse 22 | 9001 St.Gallen

Anmeldung

Online-Anmeldung: [hier klicken](#)

