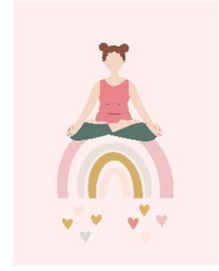




HANDGEPÄCK Sommeredition

It's all about Mindset – Ziele leicht erreichen



Wir alle kennen das – große Ziele, große Visionen. Dann Steine am Weg. Zweifel. Ängste. Umkehren oder weitergehen? Fallen oder aufstehen?

In diesem Kurs dreht sich alles um dein **Mindset**. Methoden aus dem Mentaltraining unterstützen dich dabei, dein Ziel leichter zu erreichen. **Egal, ob du lästige Laster loswerden, erfolgreich sein, dich beruflich verändern, oder einfach etwas für deine Art zu denken tun möchtest - nichts geht ohne klare Vorstellung dessen, was wir wollen.**

Kursinhalte

Wo willst du hin? Ziele & Visionen
Was treibt dich an? Was ist dein WARUM
Wie ist deine Art zu denken? It's all about Mindset
Was hält dich auf? Deine Glaubenssätze, Ängste, Muster
Handgepäck – Leichtigkeit, Selbstbestimmtheit, Freiheit

Außerdem mit dabei

Übungen zur Stärkung deiner Achtsamkeit, Resilienz und viele gute Loslassmomente



Wann: Abendkurs: mittwochs, 19:00-21:00, 5x ab 06. Juli **oder**

Blockkurs: Freitag, 15. Juli 16:00 – 20:00 & Samstag, 16. Juli 09:00 – 15:00

Wo: Therapiestützpunkt, Oberndorferstraße 17, 3251 Purgstall

Kursbeitrag: 120 € inklusive Unterlagen

Anmeldung: *Tabea Kriechbaum, 0664/75076542, tabeakriechbaum@gmail.com*

Mental-/ Burnoutprophylaxetrainerin, Businessmentaltraining

Nähere Infos zu mir und meiner Arbeit findest du unter: <https://www.freidrehen-craniomental.at>