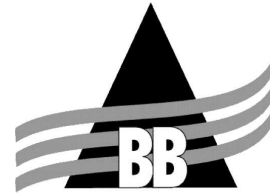


Mit Mentaltraining am **Ball** bleiben!



Training
Coaching
Beratung

Brigitta Baltisberger



Training
Coaching
Beratung

Brigitta Baltisberger

Aspermontstrasse 15, CH-7000 Chur
081 322 58 79 / 079 233 33 07
info@bb-mentaltraining.ch
www.bb-mentaltraining.ch

Mit Mentaltraining am Ball bleiben!

Jeden Monat etwas für die persönliche mentale Stärke tun, um am Ball zu bleiben! Manchmal ist die Spanne zwischen den einzelnen Modulen etwas lange oder jemand möchte auf einige Fragen Antworten bekommen und gleichzeitig auch weiterkommen, hat jedoch keine Zeit, ein Modul zu besuchen!

Gestaltung der Abende: Zeit für allgemeine, aktuelle Fragen aller Art, Präsentation des vorgegebenen Themas, Zeit fürs Formulieren und gemeinsame mentale Sitzung.

Daten	Thema
01.12.2011	DO: Entschleunigen für mehr Lebensqualität
05.01.2012	DO: Wohin will ich 2012?
02.02.2012	DO: Endlich mehr Geduld!
01.03.2012	DO: Mit Schwung und Elan leben, Teil 2
29.03.2012	DO: Jetzt bin ich dran! Überzeugend wirken und viel erreichen
03.05.2012	DO: Krise als Chance
21.06.2012	DO: Selbstmanagement contra Selbstsabotage
Datum offen	Selbstvertrauen gewinnen
Datum offen	Im Frieden mit anderen leben
Datum offen	Ich bin ein guter Partner für Freunde und bei der Arbeit!
Datum offen	Wie kann ich mich in die anderen besser einfühlen - Empathie
Datum offen	Erfolg – Noch erfolgreicher, Teil V
Datum offen	Ich bin ein guter Teamplayer, zu Hause und bei der Arbeit!
Datum offen	Agieren statt reagieren!

Änderungen bleiben vorbehalten!

Ort:	Chur, Aspermontstrasse 15, Brigitta Baltisberger Zala, Training - Coaching - Beratung
Zeit:	20.00 bis 22.00 h
Kosten:	CHF 50.- je Abend
Spezialpreis:	alle 9 Abende zusammen: CHF 395.- (1 Abend gratis)
Anmeldung:	obligatorisch, bis spätestens 2 Wochen vor dem jeweiligen Abend
Vorkenntnisse:	Grundkenntnisse des Mentaltrainings
Fortsetzung:	Es wird weitere Abende geben!
Anmeldung:	Bitte per Post, Telefon oder E-Mail
Abmeldung:	Bei Abmeldung bis 7 Tage vor dem Anlass: Der Abend kann nachgeholt werden, dass ein zusätzlicher Abend im Anschluss besucht werden kann (für diejenigen, die alle 9 Abende zusammen gebucht haben). Von 6 – 0 Tage: 2 CDs nach Wahl (ohne Musik)