



Zülpich, im März 2018

Mentale Stärke - Ein Schlüssel zum Erfolg

***Referat und Diskussion mit Lena Koch, Greven
am Donnerstag, dem 12. April 2018, 19.00 Uhr,
im Vereinshaus am Zülpicher Wassersportsee***

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Pferdefreunde,

Nervosität, Aufregung, Stress bei Herausforderungen jeder Art bringen uns oft um unseren „Klaren Kopf“.

*Kann mentales Training helfen Leistungen und Ergebnisse zu verbessern ?
Wie geht das überhaupt? Und welche Mittel helfen uns dabei ?*

*Zu diesem Schlüsselthema - nicht nur für Sportler - begrüßen wir am 12. April
Frau Lena Koch in Zülpich am Wassersportsee.*

*Frau Lena Koch ist Diplom-Sportwissenschaftlerin mit einer Zusatzausbildung zur
Sportpsychologie. Sie arbeitet für das DOKR (Deutsches Olympiade Komitee für Reiterei e.V.)
in Warendorf und betreut sportpsychologisch die Kader im Springreiten und Fahren.*

*Sie wird die Probleme - anschaulich in Wort und Bild – entwickeln und uns Hilfen
an die Hand geben.*

In einer anschließenden Diskussion ist Raum für Ihre Fragen zum Thema.

Der Kostenbeitrag- zahlbar an der Abendkasse - beläuft sich auf

<i>für Medardus-Vereinsmitglieder</i>	<i>5,00 € /p.P.</i>
<i>für Jugendliche unter 18 Jahren</i>	<i>5,00 € /p.P.</i>
<i>für alle Anderen</i>	<i>10,00 € /p.P.</i>



Zülpich, im März 2018

Wir freuen uns auf einen interessanten Abend

Für den Vorstand

Astrid Sonntag

1. Vorsitzende FV St. Medardus Zülpich e.V.

*Anmeldungen mit genauer Personenzahl bitte bis zum 6. April 2018 per E-Mail an:
schriftfuehrer@fahrverein-st-medardus.de*