

MENTALE POWER

Praktische Tipps und handfeste interaktive Übungen
Christian Daniel Mayer
Erfolgscoach & Master der Kampfkünste

Wir benötigen einen klaren Fokus und mentale Stärke, um alltägliche Stresssituationen zu meistern. Indem wir klare Ziele setzen, wird unser Leben mit Leichtigkeit geflutet, denn aus einem «Ja vielleicht» wird ein klares «Ja». Wir lösen uns von immer wiederkehrenden Konfrontationen und finden kreative Wege, um mit den alltäglichen Herausforderungen umzugehen.

Mit Freude und persönlichem Erleben verankere ich das vermittelte Wissen. Ich freue mich auf Sie!

Christian Daniel Mayer

mayer-master.com

Mittwoch, 16. September 2020, 20.00 Uhr
Singsaal Sekundarschule Ritschberg, Elgg

Platzzahl beschränkt, freier Eintritt
Anmeldung empfohlen: elternrat@sek-elgg.ch

Der Abend richtet sich an Eltern, Lehrpersonen, Jugendliche & weitere interessierte Personen.

**Fit für Schule,
Berufsleben und Alltag**


sek elgg


Sekundarschule Elgg