



Donnerstag, 11. August 2016 • 19.00 Uhr
Wampendobler Paradies, Wampendobl 1, 84385 Eglham

Frauennetzwerk
Rottal-Inn

Gesund

durch mentales Training

Wäre es nicht schön, wenn Sie es selbst in der Hand hätten, Ihr Leben positiver zu gestalten und sich seelisch und körperlich einfach wohler zu fühlen? Das geht tatsächlich - mit der Kraft Ihrer eigenen Gedanken! Dieses große Potential können Sie zur Aktivierung Ihrer Selbstheilungskräfte und zur Änderung negativer Gedankenmuster nutzen.

Ursprünglich wurde das Training in den 1970er Jahren für Astronauten entwickelt, damit sie ihre großen körperlichen und seelischen Herausforderungen besser meistern konnten.

Bald machte sich auch der Spitzensport diese Methode zur Leistungsverbesserung zunutze und noch heute wird z. B. unsere Fußball-Nationalmannschaft mental trainiert. Inzwischen wird Mentaltraining auch im medizinischen Bereich u. a. zur Unterstützung des Heilungsverlaufs, in der Schmerztherapie sowie in der Rehabilitation zur Nachsorge von Schlaganfällen eingesetzt.

Diese mentalen Techniken sind – ohne Vorkenntnisse – für jede/-n leicht erlernbar, in allen Lebensbereichen anwendbar und ermöglichen erstaunliche Ergebnisse.

Sie möchten mehr darüber wissen? – und ob es auch für Sie funktionieren könnte?

Beim Impulsabend erfahren Sie, warum und wie mentales Training funktioniert und was damit bewirkt werden kann. - Sie sind dazu herzlich eingeladen!

Wampendobler Paradies, Wampendobl 1, 84385 Eglham

Termin: Donnerstag, 11. August 2016 • Beginn: 19.00 Uhr • Ende gegen 21.00 Uhr

Leitung: Heinz-Walter Kelz, MentalTrainer, MentalCoach, Dipl. Regressionstherapeut (IAW-CH)

Investition: € 5,00 incl. Unterlagen

Anmeldung: Frauennetzwerk Rottal-Inn / Christine Strasser

Email: lr.strasser@gmx.de, Telefon: 0 85 43 – 6 24 03 18

Zusätzlich bietet Herr Kelz die Möglichkeit für ein **persönliches Erstgespräch mit Schnuppertraining**:

Mögliche Termine in Wampendobl - Dauer ca. 60 bis 90 Min.

Freitag, 12. August 2016 / Samstag, 13. August 2016 • Uhrzeit nach Vereinbarung

Anmeldung: Frauennetzwerk Rottal-Inn / Christine Strasser

E-Mail: lr.strasser@gmx.de, Telefon: 0 85 43 – 6 24 03 18

Anmeldeschluss ist am Dienstag, 09. August 2016 • 22.00 Uhr