

# Mentale Stärke - 7 Lektionen zum Erfolg

## Verbesserungspotentiale im SchachSport und in der Lebensführung

24. – 26. Juni, Salzburg

<b>Inhalte</b>	Flow, Emotionsregulation, Entscheidungsfindung am Brett und im Leben, Leben im Hier und Jetzt, Umgang mit Fehlern, Gedanken und Selbstregulation, Aktivierung und Entspannung
<b>Methoden</b>	Workshops, Selbsterfahrung, praktische Übungen, kurze Theorieeinheiten, Yoga für Einsteiger
<b>Referenten</b>	<p><b>Peter Vogl:</b> Mentaltrainer mit dem Ansatz: „Wer etwas erreichen will, muss stören.“ Zahlreiche Erfahrungen in verschiedensten Sportarten; Arbeit mit dem Wiener Jugend- Schachkader; zahlreiche Vorträge in der öst. Traineraus- und Fortbildung</p> <p><b>Harald Schneider-Zinner:</b> Internationaler Meister, diplomierter Mentaltrainer, coachte jahrelang den Frauennationalkader und einige der erfolgreichsten österreichischen Nachwuchsspieler; Leiter der Trainerausbildung 2010 – 2020 in Kooperation mit der Bundessportakademie Wien</p>
<b>Ort</b>	<p>Hotel Servus Europa Salzburg; am Walsberg Nord  <a href="http://www.servuseuropa.at">www.servuseuropa.at</a>; Limitierte Zimmerzahl;          Infos bei Günter Vorreiter: <a href="mailto:quenter.vorreiter@aon.at">quenter.vorreiter@aon.at</a> +43 66411370 65</p> <p>Bei Bedarf: Transfer vom Bahnhof zum Hotel und zurück</p>
<b><u>Seminarablauf:</u></b>	
<b>Freitag, 24.6.</b>	18:00: Sektempfang, 19:00 – 21:00: Seminar
<b>Samstag, 25.6.</b>	9:00 – 18:00: Seminar; Abends: angeleitete Traumreise oder Ausflug zur Salzburger Altstadt (im Preis nicht inkludiert)
<b>Sonntag, 26.6.</b>	9:00 – 13:00: Seminar
<b>Seminarkosten</b>	Seminargebühr: 175€: Early Bird: 150€ (bis 10. Mai) Inklusive: Kursunterlagen, Fortbildungsbestätigung über 25 Einheiten
<b>Überweisung an</b>	IBAN: AT832011128523187200 BIC: GIBAAATWWXXX Harald Schneider-Zinner
<b>Anmeldung und Seminarinfos:</b>	Harald Schneider-Zinner: <a href="mailto:hsz@chello.at">hsz@chello.at</a> Tel.: +43 699 1 945 82 90

„Ob du denkst, du kannst es oder du kannst es nicht,  
du wirst in beiden Fällen recht behalten.“ *Henry Ford*

