

Anmeldung

Kurs:	Mentalcoaching für Reiter
Datum / Uhrzeit:	27.8.2016 Tageskurs Mentalcoaching ab. 9.30 Uhr 28.8.2016 Einzelstunden Mentalcoaching

Name:	
Adresse:	
Geburtsdatum:	
E-mail:	
Telefonnummer:	

Kosten		
Tageskurs mit Pferd VFD-Mitglieder	120 Euro	
Tageskurs mit Pferd Nichtmitglieder	140 Euro	
Tageskurs ohne Pferd VFD Mitglieder	100 Euro	
Tageskurs mit Pferd Nichtmitglieder	120 Euro	
Einzelstunde mit Pferd	75 Euro	
Einzelstunde ohne Pferd	55 Euro	
Unterbringung Pferd (Weide)	10 Euro	
Leihpferd	10 Euro	
Verpflegung	Getränke inkl. Mittagessen zahlt jeder selbst	
Bei Buchung von Tageskurs und Einzelstunde gibt es 10 % Rabatt auf den Gesamtpreis!		

Zahlung	50 % bei Anmeldung Konto: Heiko Flemming IBAN: DE06 8409 4754 0503 6607 10 BIC: GENODEF1SAL VR-Bank Bad Salzungen Restsumme bar vor Ort
---------	--

Hiermit melde ich mich verbindlich zu oben genannter Veranstaltung an.

Greenland-Ranch

Constanze Flemming, Schwarzaer Str. 23, 98547 Christes
Tel: 036844-30467, Mobil: 0171-6087034, Fax: 036844-30469,
c.holland-moritz@gmx.de , Website: www.greenland-ranch.de

Ort, Datum

Unterschrift Teilnehmer/ gesetzlicher Vertreter

Ausschreibung

Samstag: Tageskurs ab 9.30 Uhr, Sonntag Einzelstunden
Anmeldeschluss: 1.8.2016

In einer dreistündigen Gruppeneinheit erfahrt ihr mehr über den Zusammenhang von Gedanken, Gefühlen und Körperreaktionen beim Reiten, wie Negativspiralen beim Reiten entstehen und was man dagegen tun kann. An praktischen Übungen probieren wir auch eine Menge von Techniken aus die Euch helfen, Eure mentale Fitness weiter auszubauen.

Nach der Gruppeneinheit erfolgen Einzelcoachingsitzungen mit oder ohne Pferd. Die Themen können von den Reitern selbst festgelegt werden. Beispiele für Themen:

- Verarbeitung von Reitunfällen, Stürzen und anderen traumatischen Erfahrungen
- Bearbeiten von Ängsten und Unsicherheiten während des Reitens (Ausritte, schnellere Gangarten, Reiten in der Gruppe, etc.)
- Bearbeiten von Konzentrationsschwierigkeiten und fehlendem Fokus beim Reiten

Gesamtdauer Kurs: ca. 8h

Referentin: Claudia Nebel-Töpfer

Diplom-Psychologin mit dem Schwerpunkt Arbeits- und Organisationspsychologie

Doktorarbeit im Bereich Stressmanagement und Selbstwertgefühl

Inhaberin innsicht - entdecken und entwickeln GbR

Management- und Verhaltenstrainerin (Training und Coaching) mit den Schwerpunkten Führung, Teamentwicklung und Kommunikation seit 2002

wingwave-Coaching mit den Schwerpunkten Abbau von Blockaden im Bereich Leistungsstress und Angst, Leistungsoptimierung und Motivation