

Newsletter

Dezember 2024

Roland Schiffner

Zert. Mentaltrainer – Persönlichkeitstrainer – Psychologischer Berater/Personal Coach

Beratung & Coaching

Spezialisiert im Kegelsport



Roland Schiffner

Mentaltrainer

Kreuzgasse 7

91207 Lauf a. d. Pegnitz

Telefon: 09123-999603

Mobil: 0173-389 54 78

E-Mail: r.schiffner@t-online.de

Hallo liebe Freunde des Kegelsports,

sucht ihr noch ein Geschenk für eine nette Person aus eurem Familien-, Freundes- oder Bekanntenkreis? Wie wäre es denn mit einem Gutschein zu einem persönlichen und individuellen Coaching mit mir als Kegel- und Mentaltrainer oder Berater? Wie immer zum Jahresende biete ich ein begrenztes Kontingent an Zeit durch meine Person mit einem „Zuckerl“ speziell für Kegelsportler mit Mitgliedschaft in der VBFK an.

Folgende **Gutscheine zum Sonderpreis sind bis 20.12.2024 bestellbar**, solange Zeitfenster zur Verfügung stehen: (danach gilt die aktuelle Preisliste)

Gutschein über 1 Trainingsstunde im Wert von 50,00 € anstelle 60,00 €

Gutschein über 3 Trainingsstunden im Wert von 150,00 € anstelle 180,00 €

Gutschein über 5 Trainingsstunden im Wert von 250,00 € anstelle 300,00 €

Termine können dann individuell und abgestimmt mit mir gebucht werden. Eine Trainingsstunde dauert 60 Minuten und beinhaltet auch die Kegelbahnkosten. Der Gutschein kann auch für Beratung ohne Kegelbahn genutzt werden.

Fachseminar – Erfolg beginnt im Kopf

Mein inzwischen mehrfach modifiziertes und erfolgreiches Tages Seminar „Erfolg beginnt im Kopf“ wird auch 2025 in meinen Terminkalender aufgenommen. Das Seminar kann wieder ab einer Teilnehmerzahl von mindestens 10 Personen stattfinden. Hierbei ist es unerheblich ob diese Personen aus mehreren Vereinen oder aus einem Verein stammen. Das Seminar kann auch bei euch vor Ort stattfinden, wenn die Mindestteilnehmerzahl erreicht wird. Der Preis pro Person beträgt nach wie vor nur 79,00 €. Anmeldungen oder Anfragen diesbezüglich sind bei mir jederzeit möglich. Im Preis beinhaltet ist umfangreiches Begleitmaterial.

Erfolg beginnt im Kopf

Mental-Fachseminar in Theorie & Praxis

Mehr Erfolg ohne körperliche Anstrengung

**Insbesondere für Verbände, Vereinigungen, Vereine,
Clubs, Trainer, Betreuer und Sportler konzipiert**

Für den Leistungs- und Breitensport geeignet
Im Sport, Beruf und Privat anwendbar

Dieses Seminar ist für aktive Sportler, Betreuer, Trainer, Clubs, Vereine und alle, die den Einstieg in das Mentaltraining suchen, bestimmt.

Mit diesem Seminar in Theorie und Praxis möchte ich Ihnen einen Einstieg in die Vielfalt der Möglichkeiten zum Thema „ERFOLG im Sport“ verschaffen, nämlich „Spitze zu sein, wenn es darauf ankommt“!

Welcher Mensch möchte nicht gerne erfolgreich sein? Wer wünscht es sich nicht, in bestimmten Situationen Herr der Lage zu sein? Was, wann, wie zu tun ist? Das Mentaltraining beinhaltet wunderbare Techniken und Methoden, mit denen dies sehr leicht umzusetzen ist.

Den Fahrplan dazu werde ich Ihnen in diesem Seminar vermitteln. Natürlich heißt es danach, ÜBEN! Denn Übung macht den Meister.

Vielleicht möchten auch Sie Veränderungen vornehmen, um erfolgreicher zu sein? Die in diesem Seminar vermittelte Methodik ist übrigens nicht nur im Sport anwendbar, sondern auch im Beruf oder Privatleben. Der Nutzen ist also vielfältig. Mein Seminar hat deshalb das Motto:

„Nur wer bereit ist sich zu verändern, wird sich verbessern.“

Mein im Sport einzigartiges und besonderes Angebot:

Ein perfektes Gesamtkonzept, das meine jahrelange Erfahrung als Trainer sowie die Techniken und Methoden des Mentaltrainings beim praktischen Üben umfasst. Hier erwarten Sie Anregungen zur Gestaltung Ihres eigenen, klug kombinierten Fach- und Mentaltrainings.

Erfolg im Sport ist heute ohne Anwendung von Mentaltechniken undenkbar geworden. Dies gilt nicht nur im Leistungssport, sondern auch – und gerade im Breitensport.

Wenn Sie neugierig geworden sind und sich angesprochen fühlen, dann handeln Sie JETZT und melden sich umgehend an.

Roland Schiffner, Trainer und zertifizierter Mentaltrainer

Seminarinhalte: (Theorie und praktische Übungen)

Einführung - Mentaltraining verstehen, Grundlagen der Veränderungsarbeit zum Erfolg, Motivation im Sport, Ziele setzen, Entdeckung des eigenen Potentials, Objektive Wahrnehmung, Wirkungsweise von Mentaltraining, Techniken zur Leistungssteigerung, Konzentration steigern und Handlungsfähigkeit verbessern, Prognosetraining, Gedanken und Gefühle beeinflussen unseren Körper, Gedankenrückblick, der Besondere Moment, Fantasiereise zur vollkommenen Entspannung, Gesprächsrunde.