

Anmeldung für das 2. Kleingruppencoaching

Liebe Athleten und Athletinnen

Das nächste Kleingruppencoaching steht an!

Ich freue mich euch mitteilen zu können, dass der nächste Kurs bald startet!

Dieses Mal werden wir uns intensiv mit dem Thema Resilienz (Die Fähigkeit mit Rückschlägen umzugehen) beschäftigen.

Wenn du bereit bist, dich gemeinsam mit einer kleinen Gruppe weiterzuentwickeln und deine mentalen Stärken auszubauen, dann melde dich an!

Was erwartet euch im Kleingruppencoaching?

Individuelle Betreuung:	Persönliche Unterstützung und gezieltes Feedback.
Intensive Zusammenarbeit:	Kleine Gruppe von maximal 10 Teilnehmern.
Praxisorientierte Ansätze:	Sofort umsetzbare Strategien und Techniken.
Austausch und Networking:	Verbindungen knüpfen und voneinander lernen.

Themen der Coachings

Selbstvertrauen, Resilienz, Mamba Mentality, Angst und Druck, sich selbst kennenlernen, Ziele definieren, Begriff Mindset, Ressourcen, Vorbereitung und Rituale, Körpersprache, Lösungsorientiertes Denken, Verantwortung übernehmen und viele mehr.

Termine und Details

Startdatum:	14.10.2024
Uhrzeit:	18:00
Thema:	Resilienz (Die Fähigkeit mit Rückschlägen umzugehen)
Teilnehmer:	5 – 10
Bedingungen:	Ab Jahrgang 2010
Dauer:	90 Minuten
Sitzungshäufigkeit:	Monatlich
Ort:	VIP Raum – Stadion FC Solothurn
Kosten:	CHF 100.00 pro Teilnehmer / Coaching



Anmeldung

Um euren Platz zu sichern, meldet euch bitte bis spätestens am **04.10.2024** per **E-Mail** an. Die Plätze sind begrenzt und werden nach dem Prinzip "First come, first served" vergeben.

Falls ihr Fragen habt oder weitere Informationen benötigt, stehe ich euch gerne zur Verfügung. Ihr könnt mich jederzeit unter **vs@the-mindsetcoach.ch** oder **078 837 68 06** erreichen. Ich freue mich darauf, euch in meiner Coaching-Gruppe begrüßen zu dürfen und gemeinsam an euren Zielen zu arbeiten!

Sportliche Grüsse

Vincenzo Salerno