



MENTAL 4 KIDS

Erfolg in der Schule durch mentale Stärke

Finde Deine Stärken und lerne zu entspannen
Die Schule besser meistern und lebensfroh sein

Workshop für 8-12 jährige mit folgenden Inhalten:

- Stärkung der Konzentration
- Verbesserung der Wahrnehmung,
- Erkennen der eigenen Stärken
- Selbstbewusst und stressfrei Prüfungen bestehen
- Was hilft mir leichter und freudvoll zu lernen
- Was macht mir persönlich Stress und was kann ich dagegen tun,
- Erlebnisorientierte Übungen, Entspannungsübungen, Fantasiereisen

Grundpaket: Kosten € 150,--

Elterninformation 1 Mo vor Beginn des Workshops
6 x Doppelstunden á 100 Min in der Gruppe

Zusatzpaket: Kosten € 150,--

2 x Einzelstunde (je 60- 75 min) und 1 x Elternabschlussgespräch

Termine:

Nach Vereinbarung

Nähere Informationen sowie Anmeldung bei Fr. Mag. Gabriele Kummer (Dipl. Mentaltrainerin und Kindermentaltrainerin) unter 0676/3239337 bzw. Mail.