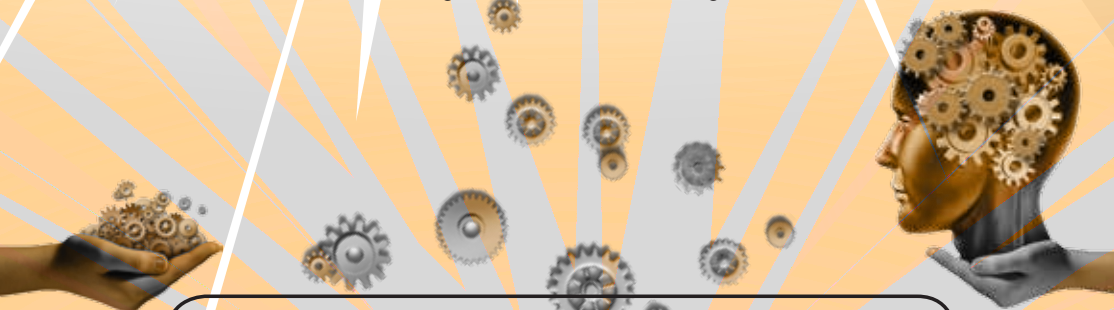


Über mich:



Geboren: 1965
Wohnhaft: A - 5282 Ranshofen
Schulbildung: HTL Matura für Nachrichtentechnik und Elektronik
Beruf: Unternehmer seit 1995
Schütze seit 1975

Auszug der sportlichen Erfolge: EM und WM Teilnehmer
mehrfacher Staatsmeister
mehrfacher Landesmeister
mehrfacher ASKÖ Bundesmeister
Bundesliga Teilnehmer in Österreich und Deutschland
ehemaliges Nationalkadermitglied



Mentaltrainer Ing. Christian Winterer

Wenefeldstraße 6

A - 5282 Ranshofen

+43(0)676-3531429

ch.winterer@mentaltrainer-business-sport.at

www.mentaltrainer-business-sport.at

Mentaltraining für Sportschützen

Mit System zu
Ihrem sportlichen Erfolg



Dipl. Mentaltrainer

Ing. Christian Winterer

Starten Sie jetzt in Ihre erfolgreiche sportliche Zukunft!

Wenn nicht jetzt – wann dann?

Im Sport ist es inzwischen unmöglich geworden, ohne Sportmentaltraining Spitzenleistungen zu erreichen. In manchen Sportarten beträgt der Anteil am Mentaltraining bereits über 50 % vom gesamten Trainingsaufwand! Sowohl Hobby-, als auch Spitzensportler, nutzen die Techniken des Mentaltrainings um ihre Topleistungen punktgenau zum richtigen Zeitpunkt aktivieren und abrufen zu können.

Ich biete sowohl Gruppenkurse, als auch Einzelsettings, für Spitzen- und Hobbysportler, Trainer, Funktionäre und Mannschaften in Österreich und Bayern an. Die Gruppenkurse finden an drei Abenden zu jeweils 4 Stunden in Ihrem Sportheim statt. Besondere Anforderungen an den Schulungsraum gibt es keine. Beamer, Projektorwand, Fernseher, Flipchart und Unterlagen werden von mir bereitgestellt.

In diesen Kursen erhalten Sie eine Menge toller Tools und Techniken, wie Sie künftig eine optimale Wettkampfvorbereitung gestalten können und wie Sie Ihre mentale Stärke im Wettkampf gewinnbringend einsetzen können.

Der Sieg wird im Kopf entschieden - mit System zu Ihrem Erfolg

Einzelsettings können in meiner Praxis in Ranshofen, bei Ihnen zu Hause, am Trainings- oder Wettkampfort, oder in meiner mobilen Praxis abgehalten werden. Nach einem kostenlosen Erstgespräch erarbeite ich ein für Sie persönlich abgestimmtes mentales Trainingsprogramm, welches dann in Einzelsitzungen trainiert wird. Dabei gehen Sie keine Bindung und kein Risiko ein - das Training kann jederzeit von Ihnen beendet werden.

Mobile Praxis



mentaltrainer-business-sport.at

An drei Kursabenden zu Ihrer mentalen Stärke!

Anbei ein kurzer Auszug aus meinem umfangreichen Kursprogramm, welches derzeit aus über 150 interessanten Menüpunkten besteht:

Modul 1

Grundlagen mentales/autogenes Training
woraus gewinne ich mentale Stärke
wie steigere ich meine Konzentration
der richtige Aufbau einer Tiefenentspannung
mein Bewusstsein/Unterbewusstsein

Modul 2

die richtige Stressbewältigung
der Umgang mit Niederlagen und Fehlern
meine Gedanken, alles beginnt im Kopf
der entscheidende Fokus
mein Anti-Ärger Programm

Modul 3

die richtige Zielsetzung
das Ankern
die Erstellung von Affirmationen
verschiedene Visualisierungstechniken
wie steigere ich mein Selbstbewusstsein

Einfach und leicht verständlich werden Sie von mir durch die interessanten Module geführt.

Ein für Ihre Zukunft gewinnbringender Kurs, welcher nachhaltig Ihre Lebensweise positiv beeinflussen wird!

