



© Christoph Bayer | cb-photography

VORTRAG

Mental fit

Die Macht der Gedanken nutzen

Die Wichtigkeit unserer Gedanken wird sehr oft unterschätzt und Marcus Aurelius beschreibt das sehr treffend: „Das Glück deines Lebens hängt von der Beschaffenheit deiner Gedanken ab.“

Ziel des Abends ist es, dir neue Blickwinkel zu ermöglichen, damit du dein Leben bzw. deinen Alltag bewusster gestalten und gleichzeitig deine Leistungsfähigkeit steigern kannst.

Im Fokus:

- Wahrnehmung / Realität
- Gedanken / Glaubenssätze
- Einfluss auf unsere Kommunikation
- Stärkung des Selbstvertrauens

Dienstag
18. April
19.30 bis 21.00 Uhr
Leogang
Mittelschule, Aula

Eintritt frei

Michael Aigner

Dipl. Mentaltrainer, Einzelsetting, Seminare & Workshops