



Südwestdeutscher
Hundesportverband e.V.



Südwestdeutscher Hundesportverband
Ute Weinmann, Immanuel-Kant-Str. 39, 72800 Eningen

Ute Weinmann
1. Vorsitzende u. Geschäftsstelle
Immanuel-Kant-Str. 39
72800 Eningen u.A.
Tel. 0 71 21/82 04 88
Fax 0 71 21/82 04 89
E-Mail: UWeinmann@swhv.de

An alle interessierten Hundesportlerinnen und
Hundesportler der swhv-Vereine

Eningen, 27. Juli 2018

Stressmanagement und Mentaltraining

Sehr geehrte Sportfreundinnen und Sportfreunde,

die Fortbildungsreihe im swhv geht weiter.

Aufgrund des großen Interesses, werden die Vorträge von **Friedrich J. Suhr** wiederholt. Er gibt uns eine Einführung in die Themen Stressmanagement und Mentaltraining. Es werden zwei Vorträge werden, kleine Handouts werden verteilt.

Friedrich J. Suhr ist bekannt durch seine Wochenend-Seminare zu den Vortragsthemen. Für den swhv wird er exklusiv eine Einführung in diese wichtigen Themen geben. Stichpunkte zu den Vorträgen sind auf der nächsten Seite zu finden.

Die Vorträge werden über den swhv subventioniert. Deshalb können die Eintrittskarten nur über swhv-Vereine bestellt werden.

<u>Sa. 15.09.2018</u> Beginn: 10.00 Uhr	Zwei Vorträge: - Stressmanagement - Mentale Kraft im Hundesport
<u>Veranstaltungsort</u>	HSV Herrenberg Anfahrt siehe Homepage des Vereins: https://www.hundesportverein-herrenberg.de/kontakt/

Die Unkosten für die Vorträge betragen pro Teilnehmer **25 €**. Die Anreise- und Verpflegungskosten müssen die Teilnehmer selbst übernehmen. Der HSV Herrenberg kümmert sich um die Verpflegung vor Ort.

Aufgrund der Örtlichkeit ist die Teilnehmerzahl beschränkt. Schnell anmelden!

Für die Eintrittskarten bitte das beigelegte Bestellformular in die Geschäftsstelle schicken. Die Eintrittskarten werden mit der Rechnung dann an den Verein versandt und die Kosten dem Verein abgebucht. Die Bestellung ist verbindlich.

Die Karten können Sie per Mail (info@swhv.de), Fax 07121/820 489 oder Post bestellen.

Mit sportlichen Grüßen

U. Weinmann

Impuls-Vortrag

Mental Gewinnen

Neue Wege zum Erfolg!

Gewonnen und verloren wird gerade beim Hundesport auf der mentalen Ebene.
Im Training lief es doch so gut, ...

Wie funktioniert die mentale Ebene?

Lucy, der Flow und mentale Stärke

Mental Fitnessstools: schnell und einfach

Stress nutzen & Fokussieren & mentale Widerstandskraft



Mental-Techniken für Training & Turnier

Sicher sein, mit Mut und Kraft. Aus Emotionen Energie tanken.
Schnell besser werden, mental und real.



Friedrich J. Suhr übersetzt die aktuellen Erkenntnisse der Wissenschaft für ihren Alltag. Die Vorträge sind unterhaltsam und voller praktischer Tipps. Sie können dieses Wissen sofort im Beruf, beim Sport und in der Familie einsetzen. Sie nutzen Ihre Kraft wieder für Ziele und verbrennen sie nicht im Stress.
Wenn man weiß wie, ist es ganz einfach.

Dipl.-Kfm. Friedrich J. Suhr ist bundesweit einer der gefragtesten Mental-Trainer. Über 1500 Teilnehmer aus Sport und Management haben seine Seminare besucht. Er ist Autor zahlreicher Fachartikeln und hilft Menschen, als Personal Coach, besondere Herausforderungen in Sport und Beruf erfolgreich zu bestehen.

Lassen Sie sich diese wichtigen Informationen nicht entgehen!