

# Mental-Coaching Golf

«In 3 Stunden zum besseren Golfer»

**Golfpark Oberkirch**  
**25. September 2019**  
**18.00 bis 21.00 Uhr**



«Mit Hypnose zum Erfolg. Golf auf hohem Niveau wird im Kopf entschieden. Sandra Smit von der Perform AG hat mir ihrer Arbeit mit den Spielern und dem Staff der U18 Nationalmannschaft massgeblich zum ersten Medaillengewinn an einer Boys Team Europameisterschaft seit 17 Jahren beigetragen».

**Marc Chatelain, Elite Coach - Head of Coaching ASG**

Golf ist eine wunderbare Sache. Bei kaum einer anderen Tätigkeit kann man so viele verschiedene Emotionen erleben. Glücksgefühle, Siegeshunger, Euphorie und Stolz wechseln sich ab mit Enttäuschung, Trauer, Wut, Angst, Druck und Niedergeschlagenheit. Entsprechend ist es wichtig, nicht nur Körper, Technik und Taktik zu trainieren, sondern auch den Kopf. Der mentale Teil ist für mehr als 80% vom Erfolg verantwortlich. Darum gilt es Körper und Geist in Harmonie zu bringen. Die Perform Punkt AG hat sich auf die Performancesteigerung im Bereich Business und Sport mittels Hypnose spezialisiert. Kennen Sie Aussagen wie «die Putts wollten einfach nicht rein», «ich hatte leider Pech und war immer im Bunker», «Back 9 bin ich eingebrochen», «meine Flightpartner haben mich gestört»?

### **3-stündiges Coaching:**

- Das ist moderne Sporthypnose
- So kann Sporthypnose im Golfsport effektiv und effizient eingesetzt werden
- Fragen & Antworten
- Gruppenthypnose mit Visualisierung, schwierige Situationen meistern, gutes Gefühl ankern,
- Selbstvertrauen stärken, Fokus und Konzentration aufbauen

Erwachsene ab 18 Jahre Preis CHF 89.– / Person

Mindestteilnehmerzahl 12 | Maximumteilnehmerzahl 20

Anmeldung direkt auf der Website <https://www.performag.com/eq-sports/mental-coaching-golf/>

### **Die Instruktorin**

Sandra Smit, leidenschaftliche Golferin, Golfclub Lägern, OMNI Hypnose Therapeutin, HypnoSport® Expertin und HypnoGolf® Instruktorin.