

KONZENTRATIONS- POWER

gegen Burn-out



mit Roland Geisselhart

Termin

Dienstag, 28.05.2019

17.00 – 20.00 Uhr

Ort

Haus des Handwerks

Wilferdinger Str. 6

75179 Pforzheim

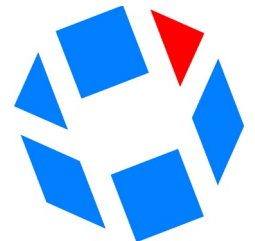
Vom Nutzen

der Konzentrations-Power:

Mit Konzentrations-Power gegen Burn-out – Effektive Achtsamkeit, Nachhaltigkeit und mentale Fokussierung
Eine gute, coole und entspannte Konzentrationsfähigkeit wird heutzutage immer wichtiger. Wer sich auf eine Aufgabe wirklich konzentrieren kann, löst mehr Probleme in kürzester Zeit auf effektivere Art und Weise. Konzentration auf die eigenen Prioritäten ist für jeden Menschen, der Erfolg haben und Burn-out vermeiden will, eine unverzichtbare Eigenschaft. Dieser Work-Shop zeigt Ihnen schrittweise die besten Techniken, um Ihre Konzentration mit mentaler Power auf Ihre Persönlichkeits-Wirkung individuell und aufgabenbezogen abzustimmen. Die Visualisierung hilft Ihnen intelligenter vorzuplanen, Aufgaben zu koordinieren, zu vereinfachen und das Wesentliche Im Blick zu behalten.

Roland Geisselhart trainiert seit 35 Jahren, im Inn- und Ausland, mentale Techniken für

Konzentration, Visualisierung und mentale Power. Nach Veröffentlichung seiner 20 Fachbücher und zahlreicher Fernseh-Auftritte hat er mit viel Geschick und Ausdauer einen Weltmeister im Geschwindigkeits-Merken ausgebildet. Die praktische Umsetzung mentaler Strategien auf Arbeitstechniken verschiedenster Berufe ist sein Spezialgebiet. Lassen Sie sich positiv überraschen, wie gut Sie jetzt schon sind und wie Sie gezielt und stufenweise noch besser werden können.



Inhalt des Workshops:

- Konzentrationsoptimierung im Arbeitsleben
- Aufmerksamkeitstraining gezielte Visualisierung sind leicht lernbar
- Über die Entspannung zur Konzentrations-Power
- Was für ein Konzentrationstyp bin ich
- Spitzenleistung durch geistige und körperliche Frische
- Lösungsorientiertes Handeln und Planen
- Praktische Übungen zur Optimierung im Alltag
- Balance zwischen Anspannung - Loslassen
- Individuelle Motivationsoptimierung und mentale Power
- Nach dem Workshop bekommt jeder Teilnehmer das Buch Konzentrations-Power kostenlos als PDF

Kosten: Für Innungsmitglieder € 85,00 pro Teilnehmer.

Für Nichtinnungsmitglieder € 150,00 pro Teilnehmer.

Da nur eine begrenzte Anzahl von Plätzen zur Verfügung steht (20), gilt der Eingang der Anmeldung. Bitte melden Sie sich mit dem nachfolgenden Rückmeldeformular verbindlich an.

Rückmeldung erbeten bis spätestens zum 10.05.2019 an

Kreishandwerkerschaft
Pforzheim-Enzkreis
Wilferdinger Str. 6
75179 Pforzheim

☐ FAX 07231 314681

☐ Mail info@kh-pforzheim.de

Verbindliche Anmeldung zu „Mit Konzentrations-Power gegen Burn-out“ am 28.05.2019

Hiermit melde/n ich /wir folgende Person/en verbindlich an (Name, Vorname):

1. _____

2. _____

3. _____

Absender: _____

Datum:

Unterschrift: