Putt Mental - Workshop:

Endlich sicher und gut putten!

Termin:

16.03.2024

14:30 - 18:00 Uhr

... denn ca. 40% aller Schläge sind Putts.

Gewonnen wird im Kopf - verloren auch!

119€ p.P.

Workshop 1+2: 238€

Techniken, Strategien, praktische Übungen und Tipps zur Optimierung von

- **Sicherheit, Selbstvertrauen und Zuversicht**
- **Wahrnehmung & Informationsverarbeitung**
- **mentalen Prozessen und Erfolgsdenken**

- **Konzentrations- und Fokussierungsfähigkeit**
- **Grünlesen (Break, Geschwindigkeit)**
- **Puttgefühl, Längenkontrolle & Zielen**
- **Puttroutine und Ritualen**

Bitte Putter & Bälle mitbringen.

Inklusiv-Leistungen:

* 3,5 Std. Workshop
* Sportpsychologisches Hintergrundwissen
* praktische Übungen
* Softdrinks

Anmeldung unter: ✉ praxistesmer@aol.com

Dipl.- Psych. Janin Tesmer
Sportpsychologie,
Medizin. & Klinische Psychologie
www.mental-coach-hamburg.com

Mental Coach Hamburg
Altonaer Straße 1
24576 Bad Bramstedt
Tel: 01728357142