



MENTALE STÄRKE AM GOLFPLATZ ZEIGEN!

SPIESBERGER 
das leben neu entdecken



**WER ERFOLG HABEN
WILL, BEI DEM MUSS
NICHT NUR DIE
LEISTUNG STIMMEN,
ER MUSS SIE AUCH
ABRUFEN KÖNNEN.**

Günter Spiesberger

MENTALE STÄRKE AM GOLFPLATZ ZEIGEN!

TEILNEHMER DES WORKSHOPS

Golfspieler/innen die sich für diese Saison mehr Vertrauen, Sicherheit und spielerischen Spaß für ihr Golfspiel wünschen, Golfspieler/innen die erstmals ihr Handicap erspielen möchten oder Golfspieler/innen die ihr Handicap verbessern wollen.

TERMIN

SA, 16.04.2016

Golfclub Montfort Rankweil

Beginn ist um 08:45 Uhr,
Kursende um 16:30 Uhr

KOSTEN

Pauschalpreis pro Person

EUR 350.-

inkl. MWST für den Workshop

RESERVIERUNG

Günter Spiesberger

Innere Wiesen 14, FL 9485 Nendeln

T +423 371 1411

info@spiesberger.cc

IHRE TRAINER – ZWEI PROFIS UND EINE PHILOSOPHIE



Günter Spiesberger

Mentalcoach

Er betrieb selber Leistungssport und betreut seit 25 Jahren Spitzensportler in wichtigen und entscheidenden Abschnitten ihrer Karriere wie z. B. bei Leistungstiefs, nach schweren Verletzungen, oder vor großen sportlichen Höhepunkten wie Olympiaden, Welt- und Europameisterschaften.



John Gregory

PGA Dipl. Head Golf Professional,
GC Brand.

Seit 1997 in Österreich und in verschiedenen Clubs als Golf Pro tätig.

„Es gibt nicht den einen richtigen Schwung, die Schwungmuster sind verschieden wie die Spieler selbst.“



Golfclub Montfort Rankweil



ABLAUF DES WORKSHOPS

Samstag

08:45 Uhr Begrüßung und Einführung
in den Workshop

09:00 Uhr Mentale Stärke Teil 1
Gedankenhygiene – sein eigener
Coach werden

09:45 Uhr Mentale Stärke Teil 2
Umgang mit Versagensängsten
und negativen Gedanken am Golfplatz

10:45 Uhr Kaffeepause

11:00 Uhr Mentale Stärke Teil 3
Seinen mentalen Zustand selber
bestimmen – mehr Selbstvertrauen
und Sicherheit erreichen

12:30 Uhr Gemeinsames Mittagessen

13:30 Uhr GOLF PRAXIS auf der
4-Loch Kurzanlage
Erlerntes umsetzen

15:30 Uhr Mentale Stärke Teil 4
Umgang mit Stress und Druck –
gesteckte Ziele schneller und
erfolgreicher verwirklichen

16:15 Uhr Zusammenfassung
des Workshops

ZIEL

- ▶ In kurzer Zeit außergewöhnliche Leistungen vollbringen
- ▶ Mit negativen Situationen besser umgehen lernen
- ▶ Ziele schneller und erfolgreicher verwirklichen

REFERENZEN

- ▶ Manuel Trappel, Golf Amateur
Europameister 2011, aktuell auf der
Challenge Tour
- ▶ Thomas Feyersinger, Golf Challenge Tour
- ▶ Olympiasieger, Welt- und Europameister,
Weltcupsieger aus den Bereichen Ski,
Tennis und Motorsport

BAUSTEINE FÜR DEN ERFOLG



Mentale Stärke

Golf spielt sich im Kopf ab. Es ist kein Kraftsport.



Alles lässt sich schnell korrigieren, wenn Sie sich auf den mentalen Teil des Sports konzentrieren.



Der Schwung – Harmonie ist die Basis

Stress, Ärger und Überforderung vermiesen das Golfspiel und bergen meist negative Erlebnisse.



Lernen Sie Fehler, die sich eingeschlichen haben, zu beseitigen, um schnell wieder zu ihrer Höchstform aufzulaufen.



Von Spitzen-Sportlern lernen

Fokussieren Sie ihren Erfolg.



Positive Energie macht Sie zum Sieger.

ERFOLGREICH SEIN BEDEUTET STÄNDIG IN EINEM SEHR GUTEN MENTALEN ZUSTAND ZU SEIN – UND DER IST ERLERN- UND TRAINIERBAR.

www.spiesberger.cc

GÜNTER SPIESBERGER · WIRTSCHAFTS- UND MENTALCOACH

Innere Wiesen 14 · FL 9485 Nendeln · T +423 371 1411 · F +423 371 14 12

info@spiesberger.cc · www.spiesberger.cc

SPIESBERGER 
das leben neu entdecken