

Unsere Gedanken formen die Welt

Mit diesen fünf Worten beschrieb Albert Einstein die Essenz des Mentaltrainings.

In jeder Minute des Tages können Sie neu entscheiden, wie Sie die Welt sehen.

Sie entscheiden, ob Sie sich über die Dornen am Rosenbusch ärgern oder über die Rosen am Dornenbusch freuen.

Sortieren - fokussieren
Fragen stellen - Antworten finden
Perspektivwechsel – Neue Blickwinkel einnehmen
Burnoutprävention - Ressourcenfindung
Entspannung finden - Kraft schöpfen
Loslassen - Resilienz fördern

Bearbeiten Sie Ihre Lebensthemen mit meiner Unterstützung bei einem entspannenden Wald & Talk oder einem genussvollen Ride & Talk in unserem wunderschönen Tangstedter Forst.

Kosten

60 Minuten | 85 €

90 Minuten | 150 €

Vorgespräch | Terminvereinbarung

Telefon: 0171 11 69 322 oder 040 3204 1959

Email: cor@cor3.de