



GENKENDER DU DETTE ... MEN HÅBER PÅ DETTE?

Så skal du komme til "Mental træning for golfspillere" med Freddy Gleisner. Freddy er konsulent i idræts- og præstationspsykologi. Han har blandt andet arbejdet for Team Danmark og DGU, så han ved hvad det kræver mentalt at spille golf. Du kan læse mere om Freddy på www.gleisner.dk

Han træner os blandt andet i:

- Mentale rutiner
- Forbedring af selvtilliden
- At tackle nervøsitet og om at være tilpas tændt
- At bruge udvidet visualisering til at forbedre vores spil
- At få indarbejdet en positiv tankegang
- Hvordan vi afviser negativitet
- At være koncentreret og afslappet efter behov
- At sætte mål på den bedste måde - og nå dem

Arrangementet holdes i klubhuset kl. 19-21 d. 21/3.

Prisen er 100,- som betales ved tilmelding i Golfbox senest 13/3. Arrangementet kræver min. 35 tilmeldninger, og vi forbeholder os muligheden for at aflyse ved for få tilmeldinger. I så tilfælde vil alle tilmeldte få deres penge retur.

Vi håber at se mange tændte golfspillere til en spændende og lærerig aften.

Mange hilsner

