

„Mehr als nur Technik: Die mentale Seite des Golfsports“

Golf ist ein mental anspruchsvoller Sport, und die Fähigkeit, mit Druck und Stress umzugehen, ist entscheidend.



Das Konzept des Mentaltrainings basiert auf der Idee, dass die mentale Einstellung, die Emotionen und die Denkmuster eines Spielers einen direkten Einfluss auf seine Leistung haben.

Tauchen Sie ein in die Welt des mentalen Golfsports und entfesseln Sie Ihr volles Potenzial auf dem Grün. Unabhängig von Ihrem aktuellen Spielniveau, ob Sie gerade erst mit dem Golfsport begonnen haben, oder einfach nur Ihr Spiel verbessern wollen, biete ich maßgeschneidertes Mentales Training an, das darauf abzielt, Ihre mentale Stärke zu fördern und Ihre Golferfahrung zu verbessern.

Meine Leistungen:

- Individuelles Mentales Training
- Konzentration und Fokussteigerung
- Stress- und Druckmanagement
- Selbstvertrauen auf dem Platz
- Strategien für den Umgang mit Rückschlägen
- Zielsetzung und mentale Vorbereitung

In einem Erstgespräch besprechen wir Ihre Ziele und wie mein individuelles Mentaltraining Ihnen helfen kann, diese zu erreichen.

Ich freue mich über Ihre Kontaktaufnahme!

