



# Das Mental-Training

Ihre mentalen Kräfte einsetzen! Ihr Leben bereichern!

## Was Sie lernen

- Sich innerhalb von Sekunden entspannen
- Die Kraft der Gedanken erkennen
- Schwächen, Hemmungen und Gewohnheiten ohne Willensanstrengung überwinden, z.B. das Gewicht reduzieren oder mit dem Rauchen aufzuhören
- Probleme auf der ursächlichen Ebene lösen
- Energieraubende Blockaden lösen
- Ziele und Wünsche auf der mentalen Ebene programmieren
- Schlaftechnik, schnell einzuschlafen und durchschlafen
- Müdigkeit überwinden
- Loslassen können
- Bewusste und unbewusste Persönlichkeitskräfte tiefgreifend aktivieren
- Harmonische Beziehungen zu Mitmenschen herstellen und sich individuell auf die kommunikative «Wellenlänge» einstellen
- Sie lernen Subjektive Kommunikation anzuwenden (Ein enorm wichtiges Thema für Manager, Verkäufer und alle, die mit Menschen kommunizieren)
- Sich innerlich auf bevorstehende Situationen, Begegnungen, Aufgaben und Leistungen einzustellen

Besuchen Sie unsere Homepage: [www.josefbuehlertraining.ch](http://www.josefbuehlertraining.ch)



# Das Mental-Training

**Mehr Lebensqualität! Ihre Ziele einfacher erreichen!**

Seit vielen Jahren schon setzen Spitzensportler und Top-Manager ihre mentalen Kräfte zum Erreichen ihrer Ziele ein. Immer mehr Menschen folgen diesem Beispiel. Sie tun dies, um beruflich, privat und gesellschaftlich mehr Erfolg zu haben. Mental-Training ist eine neutrale, geistige Technik, die jedermann einsetzen kann.

Es ist einfach und leicht zu erlernen und kann in jeder Lebenssituation gewinnbringend eingesetzt werden. Mentale Stärke wird in Zukunft eine Schlüsselqualifikation sein, auf die nicht mehr verzichtet werden kann. Je früher Sie anfangen, umso besser.

## Intervall-Training

Das Mental-Training wird an 2 ganzen Tagen, jeweils von 09.00 bis 17.00 Uhr durchgeführt.

Das Mental-Training kann öffentlich oder firmenintern durchgeführt werden.

Investition CHF 750.- Einzelperson, Ehepaare:  
CHF 1'400.- inkl. Kursmaterial, Pausengetränke, exkl. Mittagessen und event. Übernachtung mit Abendessen.

## Anmeldung

## Daten

**Ort: RIEKER Gebäude, Friedmattstr. 5, 6260 Reiden**

Samstag, 07. – Sonntag, 08. Dezember 2024

Neuer TeilnehmerIn  WiederholerIn

Das Mental-Training kann beliebig oft wiederholt werden. Wir berechnen dafür lediglich einen Unkostenbeitrag an die Saalkosten und Kaffeepausen von CHF 250.-.



Name	Vorname
Strasse	PLZ/Ort
Mobile	Telefon Geschäft
Firma	Funktion
Strasse	PLZ/Ort
Rechnung an <input type="checkbox"/> Privat <input type="checkbox"/> Geschäft	Email
Datum	Unterschrift

**Annullierung:** Sollten Sie am Training nicht teilnehmen können, vergüten wir Ihnen die ganze Gebühr, sofern Ihre Abmeldung zwei Wochen vor Beginn bei uns eintrifft. Ersatzteilnehmer sind willkommen.

### Anmeldung:

Josef Bühler  
Tel: 062 751 80 30  
josef@josefbuehlertraining.ch

Schönbergstrasse 7  
CH – 6252 Dagmersellen  
www.josefbuehlertraining.ch

**Josef Bühler**  
Training und Coaching