

**Mentaltraining - Seminar**  
**„Erfolg und Glück beginnen im Kopf!“**



Stehen Sie ständig vor Herausforderungen und treffen regelmäßig Entscheidungen und möchten ziel- und ressourcenorientierter leben?

Lernen Sie mit mir das Heidelberger Kompetenztraining kennen und es in Herausforderungs-Situationen und wichtigen Entscheidungen anzuwenden.

Machen Sie sich theoretisch fundierte und praxistaugliche mentale Strategien und Kompetenzen zu Eigen und erfahren in dem Seminar, wie Sie Ihre Ziele konkret formulieren und sich Konzentrationstechniken aneignen.

Außerdem erweitern Sie Ihren Erfahrungsschatz durch das Reflektieren und Verinnerlichen der eigenen Stärken und das Entwickeln von Lösungsstrategien, um optimistisch und selbstsicher den Herausforderungen gewachsen zu sein.

Gemäß des Zitates: "Erfolg hat drei Buchstaben: **TUN !**"

**Termin:** Samstag, den 09.02.2019; von 09:00- 17:00 Uhr (inkl. Pausen)

**Ort:** Erzbischöfliches Jugendamt, Korbinianshaus  
Konferenzraum im EG  
Preysingstraße 93  
81667 München

**Kosten:** 60€ für Mitglieder eines DJK-Vereins/ 80€ für Nicht-Mitglieder

**Anmeldung:** verbindlich bis **spätestens 26.01.2019** schriftlich bei:  
**Sportwartin@djkdv-muenchen.de** und durch Anzahlung auf das,  
in der Anmeldebestätigung genannte Konto.

**Referentin:** Stefanie Lenk, Mentaltrainerin, DV-Sportwartin

**Hinweise:** Mindestteilnehmerzahl: 10  
Bitte bringen Sie Schreibzeug mit.

*Diese Übungsleiterfortbildung gilt gemäß den Richtlinien des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) der Verlängerung der Übungsleiter-C-Lizenz „Breitensport“ und wird mit 8 UE bescheinigt.*

Ich freue mich auf Ihr Kommen und Sie bei Ihrer persönlichen Zielerreichung zu begleiten.

Ihre Stefanie Lenk

## **Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)**

### **Anmeldung**

Nach Ihrer schriftlichen Anmeldung kommt der Vertrag über die Seminarteilnahme mit Zugang der Anmeldebestätigung bei Ihnen zustande. Wird innerhalb von 10 Tagen nach Anmeldebestätigung der Teilnahmebeitrag auf das Veranstalterkonto überwiesen, ist ein Platz im Seminar für Sie reserviert.

### **Seminargebühren**

Die Seminargebühr ist der Seminaurausschreibung zu entnehmen. Die Seminargebühr muss innerhalb von 14 Tagen nach Zustellung der schriftlichen Anmeldebestätigung auf dem Konto des Veranstalters eingegangen sein. Erst dann ist die Anmeldung wirksam. Die Bankverbindung wird Ihnen in der Bestätigungsmail mitgeteilt.

### **Zustandekommen des Seminars und Erstattung**

Wenn 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung die erforderliche Mindestzahl von 10 Teilnehmern nicht zustande gekommen ist, fällt das Seminar aus. Wenn die Veranstaltung aus diesem Grunde oder auf Grund höherer Gewalt nicht beginnen kann oder abgebrochen werden muss, werden bereits gezahlte Seminargebühren erstattet.

### **Gesonderte Stornierungsbedingungen**

Bis 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn ist eine Stornierung kostenfrei.  
Im Falle eines späteren Rücktritts (auch im Krankheitsfall) erhebt der Veranstalter folgende pauschale Stornokosten:

Bis 4 Wochen vor dem Veranstaltungstag: 40 % der Kursgebühr

Bis 1 Woche vor dem Veranstaltungstag: 80 % der Kursgebühr

Ab 6 Tage vor dem Veranstaltungstag oder bei Nichterscheinen:  
100 % der Kursgebühr

Wird bei Abmeldung eine Alternativperson angemeldet, entfallen die Stornogebühren.