



Golfclub Bonn-Godesberg in Wachtberg e.V.



# KOPFSACHE – Gelassen besser golfen

Montag 30.03.2020 um 18.00  
Uhr im Clubhaus

Finden Sie mit Mental-Coach Berns Riekenbrock und Claas Erik Borges zu neuer Stärke in Ihrem Spiel! Wir geben Ihnen neue Denkansätze in Theorie und Praxis. Das ist der Schlüssel für erfolgreicher und besser Scoren in Wettspielen. Gewinnen Sie Selbstvertrauen. Fokussieren Sie stärker ihre Stärken und verbessern Sie dadurch Ihr Handicap.

Unsere Inhalte:

- Einflussfaktoren für erfolgreiches Spiel
- Golfrelevante Stressreaktionen
- Praktische Übungen: Abschlag unter Druck
- Situative Stressvermeidung beim Golfen
- Physiologische Stressreduktion beim Golf
- Individuelles Stressprofi einer Golfrunde
- Ressourcen vor Turnieren
- Individuellen Trainingsplan erstellen

**Teilnehmer:** Maximal 30 Teilnehmer

**Kursgebühr:** Die Teilnahme ist für Clubmitglieder kostenlos!

**Anmeldung unter:** [Online-Kursanmeldung](#) oder im Sekretariat

Golfclub Bonn-Godesberg in Wachtberg e.V.  
Landgrabenweg, 53343 Wachtberg | Tel.: 0228.344003

[info@gc-bonn-godesberg.de](mailto:info@gc-bonn-godesberg.de) | [www.gc-bonn.de](http://www.gc-bonn.de)