

## Nieuw! GOLFLES Mentale vaardigheden

### Onder alle omstandigheden ontspannen en met plezier golfen.

De mentale training die wij geven is concreet, begrijpelijk, praktisch en meteen toepasbaar.

Mentale vaardigheden helpen je om je innerlijke processen te sturen. Voorbeelden van deze vaardigheden zijn: concentratie, motivatie, ontspannen, zelfvertrouwen en mindset.

Door middel van verschillende tools aan te leren en te gebruiken, zal je jezelf mentaal ontwikkelen en meer plezier beleven aan het golfspel.

Wil jij mentaal sterker worden? En wil je 'gewoon' ontspannen kunnen genieten van je rondjes golf?

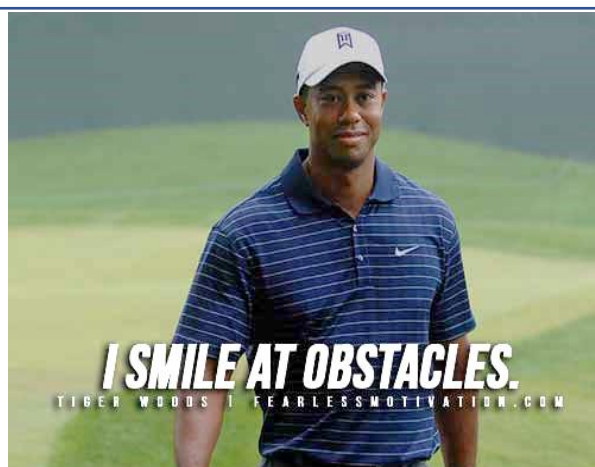
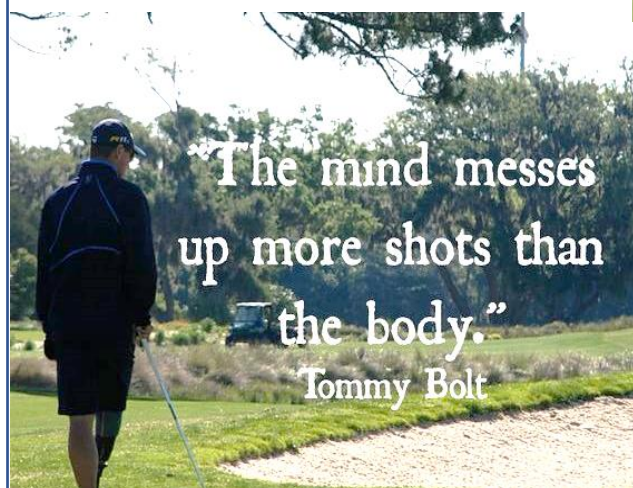
**Meld je dan nu aan voor de mentale vaardigheden bij de Golf Academy 06-30127156 of Anoeska Hagenstein 06-39699110 of [info@hagenstein.com](mailto:info@hagenstein.com)**

#### De training

Wordt gehouden in groepen van max. 6 personen.

Duurt 60 min. per les (theorie, praktijk en oefeningen).

Pakket bestaat uit 5 lessen in totaal € 75 (incl. 30 min. 1 op 1 coach sessie).



#### Data en tijden

8 en 22 maart, 12 en 26 april en 3 mei 2021.

Maandagavond van 18:00 – 19:00 uur.

De lessen worden gegeven op Golfpark Almkreek.

*“Keep your sense of humor. There’s enough stress in the rest of your life not to let bad shots ruin a good game you’re supposed to enjoy. - Amy Alcott”*