

VORTRAG

Mental starke Kids



Montag
4. Dezember
19.00 Uhr

**Wals-Siezenheim
Volksschule**

Eintritt frei

Katharina Karas

Diplomierte Mentaltrainerin,
Kinder- und Jugendmental-
trainerin, Diplomierte Trainings-
und Sportmanagerin, Train the
Trainer, Ausgebildete Kinder-
betreuerin/Tagesmutter

Selbstbewusst & gestärkt

Was versteht man unter Kindermentaltraining? Wie funktioniert mentales Training? Und wie kann Mentaltraining unsere Kinder unterstützen?

Besonders bei Prüfungsängsten und vor Schularbeiten können sich Kinder durch verschiedenste Anwendungen stärken und mehr Selbstbewusstsein und Zuversicht bekommen.

Die Referentin bietet einen Überblick.