

bringt Bewegung in  
die Entwicklung von  
Menschen  
Teams  
Organisationen



## Erfolg durch mentale Stärke

Mit einfachen mentalen Techniken zu Höchstleistungen

### Mentaltraining ist ...

- eine weltweit erprobte Technik und im Sport nicht mehr wegzudenken. Spitzensportler und Top Manager arbeiten sehr gezielt mit mentalen Methoden.
- eine Technik, die immer öfter in der Wirtschaft Einzug findet und erfolgreich eingesetzt wird.

Mentaltraining befasst sich mit der Stärkung und Festigung des Geistes und der Gedanken. Es setzt sich mehr und mehr die Erkenntnis durch, dass der

mentale Bereich ein entscheidender Faktor für jede Art von Erfolg ist. Wissen und Können sind heutzutage nur noch Basisfähigkeiten. Letztlich zählt nur, was wir aus unseren Möglichkeiten machen können. Und dabei spielen die mentalen Fähigkeiten eine bedeutende Rolle.

Mahatma Gandhi prägte folgende Aussage: „Wenn ich daran glaube es zu können, werde ich mit Sicherheit die Fähigkeit dazu entwickeln, selbst wenn ich sie zu Anfang noch nicht hatte!“

### Warum diese Weiterbildung?

- **Energiegeladen in sieben Sekunden**
- **Entspannen im Handumdrehen**
- **Höchstleistungen wie auf Knopfdruck**

Getreu dem Motto: „Entdecke die Kraft deiner Gedanken und setze sie für deine persönliche Zielerreichung und Unterstützung deiner Mitmenschen ein.“

### top transfer bringt Bewegung ...

... in die Entwicklung von Menschen, Teams und Organisationen. Ob Sie Potentiale entfalten, Projekte erfolgreich umsetzen, Strukturen umbauen oder Teams bilden möchten: Wir begleiten den gesamten Prozess von der Planung bis zur Umsetzung.

## Erkennen

Die mentalen Techniken basieren auf wissenschaftlichen Erkenntnissen der Gehirnforschung. Milton Erikson als Vater der modernen Hypnosprache hat einen großen Beitrag für die Arbeit mit mentalen Techniken geleistet. Voraussetzungen für mentale Arbeit sind: Wissen wer man ist und was man will - sowie die Bereitschaft dafür etwas zu tun.

## Verstehen

Sobald wir verstehen wie wir und unser Unterbewusstsein funktionieren, werden unermessliche Potentiale geweckt.

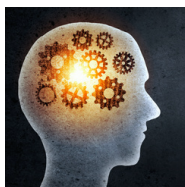
## Nutzen

Mentale Techniken können schnell und einfach angewendet werden:

Energiegeladen in sieben Sekunden - Entspannen im Handumdrehen - Höchstleistungen wie auf Knopfdruck

## Was sind die Inhalte der Weiterbildung?

- Priming
- Opfer- versus Meisterrolle
- Mentale Zielübungen
- Die fünf Lebensbereiche und die Selbstwahrnehmung
- Visualisierung
- Affirmation
- Anker setzen
- Placebo- und Pygmalion Effekt
- Selbstcoaching
- psychische Bedürfnisse



Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bekommen ein einfaches und wirkungsvolles Handwerkszeug um die mentalen Kräfte zu mobilisieren.

## Mentale Stärken - der Seminarablauf.

Es bedarf keiner Vorbereitung seitens der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Im Seminar werden wir einige Techniken aus dem Mentaltraining kennen lernen. Unter der Anleitung des Seminarleiters werden diese Methoden vorgestellt, geübt und verfeinert.

Wir werden uns ausreichend Zeit für Reflexion und Diskussionen nehmen. Das Seminar findet an zwei Tagen statt. Es werden permanente Coachingtriaten gebildet, die im Seminarverlauf jede Technik ausprobieren. Der Trainer steht zur Unterstützung jederzeit zur Verfügung. Es findet eine tiefe Auseinandersetzung mit der eigenen Person statt. Wie geht es mir in den fünf Lebensbereichen? Jede/r TeilnehmerIn erarbeitet für ihre/seine aktuellen Lebensthemen Ziele und Mentaltechniken.

## Mentale Techniken im Beruf.

Die mentalen Methoden bieten Menschen in allen beruflichen Situationen eine schnelle und einfache Möglichkeit ihre Potentiale zu wecken und zu nutzen. Herausforderungen werden mit Leichtigkeit gemeistert. Marco Amminger vermittelt praxisbezogene Mentaltechniken für mehr Fokus und Zielklarheit.

## Mentale Techniken - ganz privat.

Die mentalen Methoden eröffnen neue Perspektiven. Grenzen werden verschoben.

## Bewährte Einsatzgebiete

- Verbesserung sportlicher Leistungen
- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Lösen von Ängsten
- Erfolgreich sein
- Erhöhung von Motivation und Begeisterung
- Gelassenheit
- Effizienzsteigerung bei Führung und Zusammenarbeit
- Leistungssteigerung im Team
- Coaching
- Weiterentwicklung der eigenen Persönlichkeit

Sportliche und private Höchstleistungen werden mit Leichtigkeit - wie auf Knopfdruck - möglich.

offene Seminartermine (Wien Umgebung):  
10. und 11. September 2021 - 1. Teil  
12. und 13. Nov. 2021 - 2. Teil

Investition: 1.199,- (brutto)  
inkl. Seminarunterlagen, Seminarraum exkl. Mittagessen, Nächtigung

**top transfer training & coaching**  
Ansprechpartner: DI Marco Amminger

1080 Wien, Alser Straße 21/8  
+43 650 776 53 58, office@toptransfer.at  
www.toptransfer.at

Fotos © Fotolia

## Anmeldung zum Seminar „Mentale Stärken“

Termin: 10. und 11. September und 12. und 13. November 2021

Titel / Familienname \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_ Telefon \_\_\_\_\_

### Rechnungsanschrift:

Firmenwortlaut \_\_\_\_\_ Straße \_\_\_\_\_

z.Hd. \_\_\_\_\_ PLZ / Ort \_\_\_\_\_

UID.Nr. \_\_\_\_\_

### Anmelde- und Zahlungsmodalitäten:

- Die Anmeldebestätigung und Rechnung senden wir Ihnen nach Eingang der Anmeldung zu.
- Anmeldeschluss: 14 Tage vor Seminarbeginn.
- Im Falle eines Rücktritts nehmen Sie die Stornierung bitte schriftlich vor. Sollten Sie 4 Wochen vor Seminarbeginn stornieren, wird die volle Gebühr in Rechnung gestellt. Sie können jedoch gerne eine Ersatzperson nennen.

**Investition:** € 1.199,-,- (€ 999,17 netto + 199,83 MWSt)

- inklusive: Seminarunterlagen, Seminarraum und -technik
- exklusive: Nächtigung, Mittagessen
- Privatzahler: Sonderpreis auf Anfrage.

**Seminarort:** Stadt Wien oder Wien Umgebung

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Stempel & Unterschrift

Bitte senden Sie uns das unterzeichnete Anmeldeformular eingescannt per E-mail an [office@toptransfer.at](mailto:office@toptransfer.at)