



*„Golf wird auf einem 15 cm großen Platz gespielt.  
Dem Platz zwischen unseren Ohren.“*

Bobby Jones, U.S. Golf Legende (1902–1971)

# Mentale Erfolgsgeheimnisse von Siegern

*„Wir alle wenden mentales Training täglich unbewusst an. Wenn wir lernen, dieses Training bewusst, zielorientiert und geplant einzusetzen, können wir unsere mentalen Fähigkeiten enorm steigern.“*

Marc Habermann



Ihr Trainer und Coach Marc Habermann betreut seit 1998 Spitzensportler, Olympiasieger und Weltmeister in den Sportarten Tennis, Ski Alpin, Schwimmen und Beach Volleyball. Zurzeit ist er mit dem kanadischen Skiteam rund um Abfahrtsweltmeister Erik Guay unterwegs.

## **Erfolgreiche Methoden aus dem mentalen Hochleistungstraining:**

Finden Sie die zu Ihrer Persönlichkeit passende mentale Trainingsmethode. Erkennen Sie Ihre Stärken und bleiben Sie zukünftig in herausfordernden Situationen ausgeglichen und mental konzentriert.

## **Motivatoren und Glaubenssätze:**

Rufen Sie Ihre Motivatoren bei Bedarf gezielt ab. Werden Sie sich Ihrer negativen Glaubenssätze und deren blockierender Kraft bewusst und schöpfen Sie so Ihr Leistungspotenzial voll aus.

## **Emotionen und mentale Stärke:**

Entdecken Sie, wie sehr Ihre Gedanken Ihre Emotionen und damit Ihre Handlungsweise beeinflussen. Setzen Sie diese richtig ein und erleben Sie ungeahnte Möglichkeiten.

[www.euroforum.de/mentale-sieger](http://www.euroforum.de/mentale-sieger)

## SPEZIALTRAINING

8. März 2012, Hotel Königshof, München



## „Der mentale Teil ist der schwierigste Teil des Spiels und er macht den Unterschied zwischen einem guten Spieler und einem Spitzenspieler.“

Michael „Air“ Jordan, U.S. Basketball Legende

Marc Habermann zeigt Ihnen das große Potenzial von erfolgreichem Mentaltraining auf. Sie erhalten einen Einblick in die Möglichkeiten, die mentale Stärke bietet, und wie auch Sie an Ihrem Bewusstsein und Ihren Denkmustern arbeiten können. Schaffen Sie sich einen Überblick über die besten mentalen Trainingsmethoden und erfahren Sie, wie Sie Ihre persönlichen (Spitzen-) Leistungen optimal erreichen können.

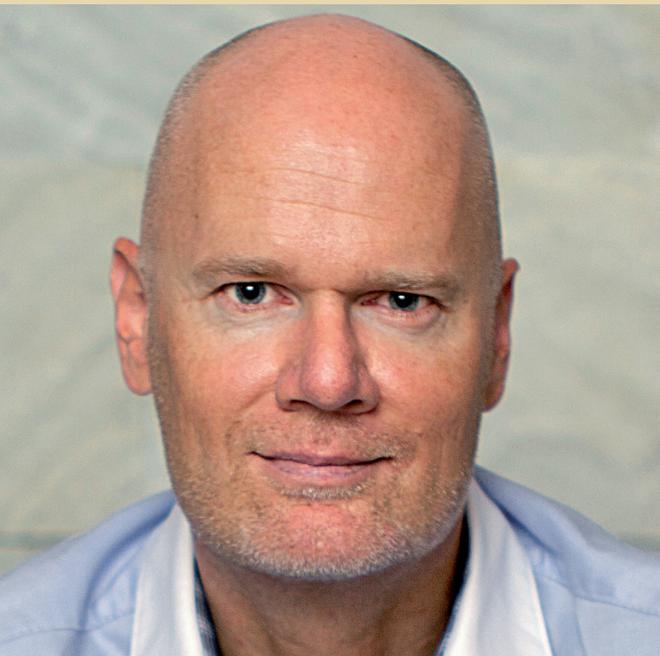
Tauchen Sie ein in die Gedankenwelt von Top-Sportlern und ziehen Sie erste Parallelen zu Ihren eigenen Gedanken, zu Ihrer eigenen mentalen Stärke.

### Drei gute Gründe für Ihre Teilnahme:

- 1 Lernen Sie die Macht Ihrer Gedanken richtig einzuschätzen und in Zukunft zu Ihrem eigenen Vorteil zu nutzen.
- 2 Holen Sie sich die wesentlichen Informationen zu diesem spannenden Thema und entscheiden Sie selbst über die Grenzen Ihrer Leistungsfähigkeit.
- 3 Diskutieren Sie mit Ihrem Trainer Marc Habermann, der seit nunmehr 13 Jahren mit Spitzensportlern arbeitet, über seine persönlichen Erfahrungen und lassen Sie sich von seiner Begeisterung anstecken.

### Wer sollte teilnehmen?

Führungskräfte und Manager, Team-, Projekt- oder Gruppenleiter sowie Mitarbeiter aller Branchen, die von sich aus ihr volles, in ihnen wohnendes Potenzial immer mehr ausschöpfen und dadurch nachhaltig und ganzheitlich leistungsfähiger werden wollen.



#### Ihr Erfolgstrainer: Mag. Marc Habermann

ist diplomierte Coach (seit 2005), Sportwissenschaftler und Sportmanager (seit 1994). Er betreut Olympiasieger, Weltmeister, internationale Sport-Teams sowie Firmen und Klienten in Österreich, Deutschland, USA und Kanada. Aus den vielen Erfahrungen seiner langjährigen Arbeit mit erfolgsorientierten Sportlern und Teams hat sich Marc Habermann als Trainer und Coach auf die Themen Führungskräftetraining, Team- und Persönlichkeitsentwicklung (soft skills, Erfolg, Motivation, mentales Training) spezialisiert.

Nach zehn sehr erfolgreichen Jahren als Sportmanager von internationalen Spitzensportlern schloss er 2005 die Ausbildung zum systemischen Coach ab und konzentrierte sich fortan auf seine Karriere als Coach und Trainer. Er nutzte seine Kontakte im internationalen Sport und betreute schon bald das US-amerikanische Skiteam rund um Bode Miller und Lindsey Vonn (2004-2007). Seit 2006 hat Marc Habermann Lehraufträge an zwei Fachhochschulen und ist gefragter Referent und Trainer bei Kongressen, Symposien und Seminaren. Heute hat Marc Habermann seinen Firmensitz in Kitzbühel, einem Zentrum des Skisports, und betreut von dort seine Kunden und Klienten.

In seinen Coachings, Seminaren und Workshops geht es immer um die Themen und Bedürfnisse der Teilnehmer. Begeisternde Impulsvorträge, Einzel- und Gruppenarbeiten, Selbstreflexion, Feedbackrunden und die individuelle Entwicklung der Teilnehmer sind die wesentlichen Elemente seiner erfolgreichen Arbeit.

„Lieber Marc,  
ich möchte Dir von ganzem Herzen gratulieren und Danke sagen, Du hast Eindruck hinterlassen und wir bekamen von allen Teilnehmern ein tolles Feedback -  
(nicht im herkömmlichen Lehrbuchsinne ;-)  
Nochmals vielen Dank und liebe Grüße aus Wien;“

Mag. Sandra Pötscher, Personalleitung, DO & CO Restaurants & Catering AG (Kundin)

Programm | 8. März 2012, München

## Mentale Stärke und mentales Training – nutzen Sie Ihre unbewussten Ressourcen!

Was ist Mentaltraining?

- Eine umfassende Methode der positiven Lebensgestaltung
- Die bewusste Beeinflussung des eigenen Denkens, Wollens und Tuns
- Eine systematisch gegliederte Methode, die befähigt, das Schicksal in die eigene Hand zu nehmen
- Die gezielte Nutzung unserer geistigen Fähigkeiten, um Probleme als Chancen zu begreifen sowie Wünsche und Ziele zu verwirklichen

Holen Sie sich das Hintergrundwissen, die Motivation, die Begeisterung, um mentalem Training in Zukunft eine wichtige Rolle in Ihrem Leben zu geben.

**Lernen Sie ...**

- wie die „typische“ Persönlichkeitsstruktur von erfolgreichen Spitzensportlern aussieht
- was genau mentale Stärke ist und wie man sie trainieren kann
- was die Merkmale mentaler Stärke sind
- sich Ihrer Erfolgsfaktoren und Kraftfelder bewusst zu werden
- wie Sie sich in schweren Phasen selbst motivieren können
- was Ihre Emotionen mit mentaler Stärke zu tun haben
- wie Sie Ihr „Wettkampf-Ich“ gezielt abrufen können
- was erfolgreiche mentale Trainingsformen sind und welche zu Ihnen passen
- wie mentale Trainingsformen funktionieren
- welche Strategien es gibt, um mental stärker zu werden
- wie wichtig Ziele für Sie sind und wie Sie diese definieren, visualisieren und erreichen
- welche Rollen Rituale für Ihre mentale Stärke spielen
- wie Ihre Glaubenssätze Sie beeinflussen und wie Sie dieses Wissen für sich nutzen können

### Zeitraumen

9.00	Empfang mit Kaffee und Tee
9.30	Beginn des Spezialtrainings
12.30-13.30	Gemeinsames Mittagessen
17.30	Ende des Spezialtrainings

Kaffeepausen werden vor- und nachmittags flexibel eingeplant.

### Quality in Business Information

**Wir stehen zu unserem Wort!** Wir sind von der Qualität unseres Trainings überzeugt. Daher gewähren wir Ihnen eine Geld-zurück-Garantie, wenn das Training Ihre Erwartungen nicht erfüllt. Wenden Sie sich in diesem Fall bitte bis zur Mittagspause des ersten Trainingstages an unsere Mitarbeiter und wir werden versuchen, eine Lösung zu finden. Sollte uns dies nicht gelingen, erstatten wir Ihnen die Teilnahmegebühr zurück.

**Immer gut informiert mit unserem Führungskräfte-Newsletter**  
Mit unserem kostenlosen E-Mail-Newsletter, der monatlich erscheint, haben Sie alle Termine schnell im Blick. Jetzt anmelden!  
[www.weiterbildung-fuer-erfolg.de/nl](http://www.weiterbildung-fuer-erfolg.de/nl)

**Sie haben Fragen zu dem exklusiven Spezialtraining?  
Rufen Sie uns an.**

**Ingrid Della Giustina,**  
Senior-Konferenz-Managerin

**Anja Sieber,** Senior-Konferenz-Koordinatorin,  
E-Mail: [anja.sieber@euroforum.com](mailto:anja.sieber@euroforum.com)  
Telefon: 0211/96 86-36 15

# Mentale Erfolgsgeheimnisse von Siegern

8. März 2012 in München

[Kenn-Nummer]

- Ja, ich nehme teil**  
am Spezialtraining **Mentale Erfolgsgeheimnisse von Siegern** [P1105366M100]  
zum Preis von € 1.399,- p.P. zzgl. MwSt.  
[Ich kann jederzeit ohne zusätzliche Kosten einen Ersatzteilnehmer benennen.  
Im Preis sind Tagungsunterlagen enthalten.]
- Ich möchte **meine Adresse wie angegeben korrigieren** lassen.  
[Wir nehmen Ihre Adressänderung auch gerne telefonisch auf: 02 11/96 86-33 33.]
- Ja, ich abonniere den kostenlosen Führungskräfte-Newsletter per E-Mail [R05148]  
mit allen aktuellen Veranstaltungsterminen.  
[erscheint monatlich]

Name
Position/Abteilung
Telefon
Fax
E-Mail
Geb.-Datum (TTMMJJJJ)

Die EUROFORUM Deutschland SE darf mich über verschiedenste Angebote von sich, Konzern- und Partnerunternehmen wie folgt zu Werbezwecken informieren: Zusendung per E-Mail:  Ja  Nein Zusendung per Fax:  Ja  Nein

Firma
Anschrift
Branche
Ansprechpartner im Sekretariat
Datum, Unterschrift

Bitte ausfüllen, falls die Rechnungsanschrift von der Kundenanschrift abweicht:

Name
Abteilung
Anschrift

Wer entscheidet über Ihre Teilnahme?  Ich selbst  
oder  Name: \_\_\_\_\_ Position: \_\_\_\_\_

Beschäftigtenzahl an Ihrem Standort:  bis 20  21-50  51-100  101-250  
 251-500  501-1000  1001-5000  über 5000

## Anmeldung und Information

per Fax: +49 (0)2 11/96 86-40 40  
 telefonisch: +49 (0)2 11/96 86-36 15 [Anja Sieber]  
 Zentrale: +49 (0)2 11/96 86-30 00  
 schriftlich: EUROFORUM Deutschland SE  
 Postfach 11 12 34, 40512 Düsseldorf  
 per E-Mail: anmeldung@euroforum.com  
 info@euroforum.com  
 im Internet: www.euroforum.de/mentale-sieger

## Ort und Datum

**8. März 2012, Hotel Königshof**

Karlsplatz 25  
 80335 München  
 Telefon: +49 (89) 55136-0

**Teilnahmebedingungen.** Der Teilnahmebetrag für diese Veranstaltung inklusive Tagungsunterlagen, Mittagessen und Pausengetränken pro Person zzgl. MwSt. ist nach Erhalt der Rechnung fällig. Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung. Die Stornierung (nur schriftlich) ist bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn kostenlos möglich, danach wird die Hälfte des Teilnahmebetrages erhoben. Bei Nichterscheinen oder Stornierung am Veranstaltungstag wird der gesamte Teilnahmebetrag fällig. Gerne akzeptieren wir ohne zusätzliche Kosten einen Ersatzteilnehmer. Programmänderungen aus dringendem Anlass behält sich der Veranstalter vor.

**Datenschutzinformation.** Die EUROFORUM Deutschland SE verwendet die im Rahmen der Bestellung und Nutzung unseres Angebotes erhobenen Daten in den geltenden rechtlichen Grenzen zum Zweck der Durchführung unserer Leistungen und um Ihnen postalisch Informationen über weitere Angebote von uns sowie unseren Partner- oder Konzernunternehmen zukommen zu lassen. Wenn Sie unser Kunde sind, informieren wir Sie außerdem in den geltenden rechtlichen Grenzen per E-Mail über unsere Angebote, die den vorher von Ihnen genutzten Leistungen ähnlich sind. Soweit im Rahmen der Verwendung der Daten eine Übermittlung in Länder ohne angemessenes Datenschutzniveau erfolgt, schaffen wir ausreichende Garantien zum Schutz der Daten. Außerdem verwenden wir Ihre Daten, soweit Sie uns hierfür eine Einwilligung erteilt haben. Sie können der Nutzung Ihrer Daten für Zwecke der Werbung oder der Ansprache per E-Mail oder Telefax jederzeit gegenüber der EUROFORUM Deutschland SE, Postfach 11 12 34, 40512 Düsseldorf widersprechen.

**Zimmerreservierung.** Im Tagungshotel steht Ihnen ein begrenztes Zimmerkontingent zum ermäßigten Preis zur Verfügung. **Bitte nehmen Sie die Zimmerreservierung direkt im Hotel unter dem Stichwort „EUROFORUM-Veranstaltung“ vor.**

**Wir über uns.** EUROFORUM steht in Europa für hochwertige Kongresse, Seminare und Workshops. Ausgewählte, praxiserfahrene Referenten berichten zu aktuellen Themen aus Wirtschaft, Wissenschaft und Verwaltung. Darüber hinaus bieten wir Führungskräften ein erstklassiges Forum für Informations- und Erfahrungsaustausch. Unsere Muttergesellschaft, die Informa plc mit Hauptsitz in London, organisiert und konzipiert jährlich weltweit über 12.000 Veranstaltungen. Darüber hinaus verfügt Informa über ein umfangreiches Portfolio an Publikationen für die akademischen, wissenschaftlichen und wirtschaftlichen Märkte. Informa ist in über 80 Ländern tätig und beschäftigt mehr als 10.000 Mitarbeiter.