

«Stressmanagement und Mentaltraining für Hundesportler»  
2 ½ Tages Seminar mit Friedrich J. Suhr



**Achtung neues Datum!**

*„Im Training hat es doch soo schön geklappt, und dann kam der Prüfungsstress...“*

*Welcher Hundeführer kennt das nicht?*

*Freitag 19. bis Sonntag 21. November 2021*

Friedrich J. Suhr, der derzeit wohl gefragteste Mentaltrainer (nicht nur) im Hundesport. Er hilft Menschen, die mentale Ebene zu verstehen, zeigt uns Möglichkeiten, wie wir unsere Hunde stressfrei und gelassen bei Prüfungen / Turnieren präsentieren können und zugleich dabei Spaß haben. Ganz nebenbei erzielen wir auch noch bessere Erfolge.

Seine Seminare sind praxisnah, fundiert und machen Spaß!

#### **Zum Inhalt einige Impulse:**

- Mentaltraining, wie baue ich das ins Training ein?
- Lernen mit Druck und Kritik umgehen
- Coach dich selbst, aber richtig
- Entspannung tut Mensch und Hund gut
- Ziele richtig setzen und erreichen

**Termin: 19. - 21. November 2021**

Seminarbeginn: Freitagnachmittag 14:00 – 18:00

Samstag 09:00 – 18:00 / Sonntag 09:00 – 18:00

**Teilnehmer: max. 12 Personen**

Das Seminar ist ohne Hund, denn hier geht es zuerst einmal um DICH!  
Es steht allen Hundeinteressierten Personen offen, sowie allen Hundetrainern. Ein Antrag für eine SKG anerkannte Fort- und Weiterbildung ist gemacht, wir warten auf positive Antwort der SKG.

**Kosten: CHF 340.00 ZHV Mitglieder CHF 370.00 SKG Mitglieder**

**Wo: Gasthof zum Bären, Alte Winterthurerstrasse 45, 8309 Nürensdorf**

**Verpflegung: im Restaurant zum Bären, auf eigene Kosten**

**Anmeldung Mail: [zhv.kurswesen@glattnet.ch](mailto:zhv.kurswesen@glattnet.ch) , Ausschreibung / Anmeldeformular unter [www.zhv-zh.ch](http://www.zhv-zh.ch)**

**Allfällige Fragen: Ursi Bellinazzi 079 442 53 50 / Bernadette Achermann 079 614 62 21**

Nach Eingang der Anmeldung werden die Bankdaten zur Überweisung übermittelt. Erst bei Zahlungseingang hast du einen Fixplatz!

Bei Nichtteilnahme behalten wir uns vor, die geleistete Zahlung einzubehalten, sofern niemand mehr auf der Warteliste steht oder der absagende Teilnehmer keinen Ersatz stellen kann.