

# MENTALE TRAINING VOOR DAMMERS

Verbeter direct uw resultaten met deze unieke training

## Data en tijden

Zat 12 sep 2020 10:00-16:00  
Baarn  
Zat 10 okt 2020 10:00-16:00  
Apeldoorn  
Zat 24 okt 2020 10:00-16:00  
Rotterdam

## Prijs

Euro 49,50 Incl. koffie/thee en iets lekkers

## Organisator

Stichting Conatum  
Vetkamp 111  
3862 JT Nijkerk  
033-2458844  
Info@stichtingconatum.nl

## Aanmelden

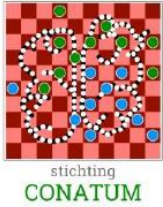
info@stichtingconatum.nl of  
bel 06-85485760



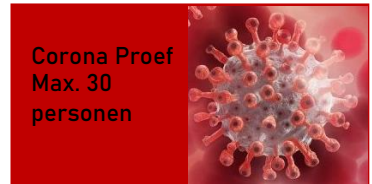
Met medewerking van



Meer rendement uit  
uw talent!



# MENTALE TRAINING VOOR DAMMERS



*Wegens succes geprolongeerd!*

## Omschrijving

Een unieke training waarbij mentaliteit en hoe deze te verbeteren centraal staat. Daardoor haalt u meer rendement uit uw talent. Dit soort trainingen zijn er nauwelijks. Wij hebben deze training al vaak met succes gehouden.

## Onderwerpen

Waarom mentale training? De mentale kracht is wat je sterk maakt. De geest en de psychologie. Denken, routines, ademhaling, focus, mindfulness. En wat te leren van de grootmeester? Omgaan met tegenslagen en blokkades. Ken jezelf. Verbeteren. Tips en adviezen. Aan de slag.

## Aanpak

Praktijkgericht. 80% oefenen en toepassen. Zeer interactief. Inclusief huiswerk en telefonische support. Kleine groepen met veel aandacht. Coaching is mogelijk.

## Waarom inschrijven?

- U gaat zeker beter presteren
- Conatum geeft zelfs leergarantie
- Meer rendement van uw talent
- Unieke ervaring in een leuke sfeer
- U breidt uw eigen netwerk uit
- Weinig reisafstand door keuze uit lokaties. Ook mogelijk op uw club.
- Vaktrainers die elkaar aanvullen

*Verbeter direct uw resultaten met deze unieke training*

## Trainers

Anoeska Hagenstein, Mental coach

Jan van de Veen, Trainer

GMI Jean Marc Ndjofang, International grootmeester

MF Andrew Tjon A Ong, Professioneel damtrainer



Anoeska Hagenstein  
Mental Coach



Jan van de Veen  
Trainer



GMI Jean Marc Ndjofang  
Internationaal damgrootmeester



MF Andrew Tjon A Ong,  
Professioneel damtrainer