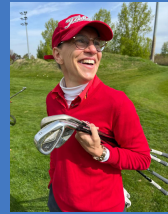


GOLF-MENTAL-REISE

DoubleTree by Hilton Islantilla
Huelva - Süd-Spanien



mit Franca Fehlauer
ehemalige Profi-Tour-Spielerin
Sport-Mental-Trainerin

Jetzt bist Du mal dran! Statt über Technik sprechen wir vor Allem über Dich. Welche Themen bewegen Dich?

z.B. "Stressabbau vor dem 1. Abschlag", "Wohin mit dem Fokus?",
"Wohin mit der Wut", "Weg mit dem Druck",
"Aus Angst wird Freude"

03.04.-10.04.2024

1.545,-€ zzgl. Flug

Double Tree by Hilton Islantilla Beach & Golf - Huelva

Fragen gerne direkt an Franca: 0178 - 135 5533
Kontakt@Francafehlauer.de

 **FRANCA
FEHLAUER**
Mental-Training & -Coaching

GOLF-MENTAL-REISE

Für Mutige, Männer und Frauen



DOUBLETREE
by Hilton™

mit **Franca Fehlauer** - ehemalige Profi-Tour-Spielerin & PGA Professional; Sport-Mental-Trainerin, Life-Coach, Entspannungstrainerin; mehrfache Deutsche Meisterin & Vize; 3-fache Mutter, lebenslustige Lernende im Nein-Sagen

Programm (individuell vor Ort veränderbar):

03.04. Ankunft - Einstimmen, Kennenlernen, Anstoßen

04.04. Reflexion zu einem Wunschthema (z.B. Stress),
Nachmittags 9 Loch oder mehr

05.04. Kurzes Aufwärmen und Besprechung der Aufgabe für
den Platz, 18-Loch, Erkenntnissammlung

06.04. Entspannungsübung & Aufwärmen mit Fokus auf
individuelles Thema, 18-Loch spielend spielen

07.04. "Jeder macht seins" - Golfspielen, Relax, Ausflug -
alles möglich. Einzel-Coachings dazu buchbar

08.04. Mental-Übungen, anschließend 9-Loch oder mehr

09.04. "Umgang mit..."-Einstimmung für 18-Loch (Turnier?),
geistreicher Abschlussabend

10.04. Abreise - erfüllt, erholt, ergolft

**7 Tage, inklusive HP, Golfen, Trainings, Greenfees, Range-
Bälle, Transport, zzgl. Flug; Einzel-Coachings auf Anfrage**
Ruf mich an: 0178 - 135 5533 - Kontakt@Francafehlauer.de