

Det finns platser kvar på föreläsningen med Kicki Forsenhäll om att ha rätt fokus på banan!

Tisdagen den 14 maj kl 18.30

Byt fokus till rätt fokus!

Skaffa dig rätt mindset på golfbanan för att lyckas bättre och ha mer kul!

Våra tankar och rädslor om att misslyckas smittar av sig i slagen – alla har väl ibland haft - **bunkerrädsla, puttfrossa eller vattenskräck?**

Vi pratar ofta i negativa ordalag och tappar tron på vår egen förmåga. **Du har förmågan!** Vi tar fram den och skapar nya möjligheter!



Ikväll får du hjälp med:

- ✓ verktyg och tips hur du kan få bättre självförtroende och lyckas bättre i golfen.
- ✓ övningar som stärker ditt självförtroende och du får bättre energi.
- ✓ att hantera vi dina medspelare som hamnat i utmaningar.

Mental träning är A och O för att öka din prestation och ditt välmående. Prova på både fysiska och mentala övningar för att själv hitta ditt inre fokus.

Kicki Forsenhäll är föreläsare och utbildare inom ledarskap och hälsa, medlem i Araslöv och ordförande i vår nystartade Damsektion.



Pris: 100 kr för föreläsning, fika och utlottning av hemliga presentkort!

Betala med Swish



123-632 28 61

Anmälan gör du på [Golf.se/Min golf/Tävlingar](https://www.golf.se/Min%20golf/Tävlingar)

Varmt välkommen!
Medlemskommittén