

### Unsere Leistung und Themen:

#### Mentalworkshop Golf

Wer kennt das nicht?

Ein guter Tag im Golf mit guten Ergebnissen und man denkt – jetzt hab ich´s drauf. Das nächste Spiel ist möglicherweise wieder mal „zum Haare ausraufen“.

Alles was wir denken, in Handlungen und in Motorik umsetzen hat die Ursache im Gehirn. Im Golf treten vermehrt „Stress Situationen“ auf, sei es beim Abschlag, auf dem Fairway, beim Pitchen oder Chippen. Überall lauern Hindernisse und beeinflussen unbewusst unser Denken und die Motorik beim Schwung.

Sehr häufig arbeitet unser Gehirn in solchen Situationen vorwiegend auf nur einer Seite. Im Vergleich zum PC arbeiten nur 4 GB Arbeitsspeicher, obwohl 8 GB zur Verfügung stehen.

Mit einfachen Techniken für das Gehirn zur Verbindung der Gehirnhälften und für die mentale Einstellung lassen sich diese Hindernisse meistern und das eigene Spiel wird besser und konstanter.

### Spitzenleistung beginnt im Kopf

- Gehirnaktivierung mit Bewegung zum Schaffen neuer synaptischer Verbindungen, golfspezifischer Test und Analyse der „Golfareale im Gehirn“
- Individuelle Wahrnehmung und Analyse der Emotionen vor und während des Spiels, z.B. auch bei Fehlschlägen
- Kontrolle der Gedankenstruktur, Pre-shot - Routine, gezielte Konzentration und High Fokus
- Augendominanz, Blindstrecken und Fokussierung, aktive und reaktive Konzentration im Spiel
- CO2 Atemtechnik zum Anreichern des Blutes mit Sauerstoff als Pre-shot Routine
- Reduzierung und Steigerung der Gehirnfrequenzen, sowie Hemisphären Synchronisation mit binauralen Gehirnschwingungen Golfen mit doppeltem „Arbeitsspeicher“
- Selbstvertrauen auf dem Platz

#### Zielgruppe:

**Unternehmer  
Führungskräfte  
Golfspieler mit  
HC**

### Inhalt

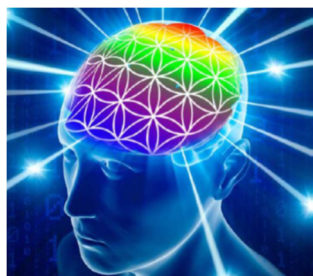


#### **Neue synaptische Verbindungen = mehr Leistung und bessere Fokussierung!**

Durch das Schaffen neuer Verbindungen im Gehirn erreicht der Golfer eine längere Konzentrations- und Fokussierungszeit. Die Kompensationen werden reduziert. Der Energieaufwand wird geringer.

Zur Unterstützung der Synchronisation der Gehirnhälften und der Visualisierung, sowie der Konzentration wird modernste Neurotechnologie eingesetzt. Unser Gehirn produziert Frequenzen von 0,5 bis ca. 35 Hz, vom Tiefschlaf bis hin zur höchsten Konzentration. Binaurale Frequenzen werden mit dem powerbraintuner phasendifferent über Kopfhörer eingespielt. Durch die Phasendifferenz geht das Gehirn in Resonanz mit den gewünschten Frequenzen. Weltweit werden die Frequenzen im Leistungssport eingesetzt. Unser Institut arbeitet seit Jahren mit binauralen Frequenzen mit großem Erfolg. Es können sogar 40 Hz angeboten werden zum absoluten High Focus bei Spitzenleistung.

**“A bad day of golf is better than a good day of work”**



#### Weitere Infos:

**1 Tag**

**Vormittag werden die mentalen Techniken erlernt, Nachmittag auf dem Platz und der Range umgesetzt mit Hilfe des Pro's und in einem Turnier verbesserst Du Dein Handicap.**

**Deine Leistung: 690.-€ zuzügl. MwSt. Greenfee, Turnier, powerbraintuner und Verpflegung inklusive**

## Ziele & Vorteile

### Ziele:

- Du erweiterst Dein Netzwerk im Gehirn
- **Du verbesserst Dein Handicap!**
- Du rufst Deine Spitzenleistung ab, wenn erforderlich
- Du lernst das richtige Visualisieren
- Du kannst Dich besser zu konzentrieren
- Du lernst, Dein Gehirn zu benutzen anstatt dich benutzen zu lassen
- Du spielst mit „doppeltem Arbeitsspeicher“
- Du beherrscht Deine Emotionen in schwierigen Situationen
- Du bist stabiler und konstanter in Deinem Spiel

### Vorteile:

- Du hast großen Spaß dabei
- Dein Spiel wird konstanter
- Du fühlst Dich wohler und mental stärker
- Du bist motivierter
- Du erhältst einen powerbraintuner (Wert 257.-€)
- Du kannst die Techniken in Dein Leben und Deinen Beruf übertragen
- Du gewinnst mehr Vertrauen zu Dir selbst
- Du meisterst schwierige Situationen besser
- **Du verbesserst Dein Handicap!**

**Coach  
Sepp Spreitzer**



Mentalstrategie  
Gesellschafter und  
Geschäftsführer der  
powerbrain GmbH

**Golf Pro  
Jochen Ziffels**



Fully Qualified Golf  
Professional der  
PGA of Germany  
Golf – Betriebsmanager  
[www.zgolf.de](http://www.zgolf.de)

**powerbrain®**  
institut für angewandte mentalstrategie



Powerbrain GmbH  
Dominikus Käser Str. 28  
85391 Allershausen

Telefon: +49 8166 990311

E-Mail:  
[sepp.spreitzer@powerbrain-institut.de](mailto:sepp.spreitzer@powerbrain-institut.de)

WEITERE INFOS

[www.powerbrain-institut.de](http://www.powerbrain-institut.de)