

# Stressmanagement & Mental-Training

für Hundesportler

Seminar mit Friedrich J. Suhr



*... und im Training war doch alles kein Problem!*

*Warum nur klappt es dann auf den Turnieren nicht genauso gut??*

*Eine Frage, die sich wohl jeder Hundesportler mehr als einmal gestellt hat und oftmals sucht man an der falschen Stelle nach der richtigen Antwort.*

*Friedrich Suhr wird uns die mentale Ebene erklären und aufzeigen, welche Auswirkungen menschliche Stimmungen und Emotionen auf unser Verhalten, Mimik und Gestik haben und damit unmittelbar auf den Empfängerhorizont des Hundes.*

*Ihr werdet Werkzeuge und Methoden kennenlernen, die eine optimale Vorbereitung auf Prüfungen ermöglichen und Euch helfen, zielorientiert zu trainieren und als Mensch-Hund-Team mit Freude und Spaß erfolgreich zu sein.*

FRIEDRICH SUHR ..... ist aus der Hundesportszene nicht mehr wegzudenken. Als einer der gefragtesten Mentaltrainer hilft er Menschen, die mentale Ebene zu verstehen, zum eigenen Vorteil zu nutzen und damit negativen Gedanken vor Prüfungen, Prüfungsangst und Nervosität gezielt entgegen zu wirken. Aber es geht um viel mehr als gewinnen oder verlieren, es geht um Ruhe, Gelassenheit, selbstbewusste Kraft, Souveränität und um mehr Freude am Leben. Seine Seminare sind praxisnah, fundiert und machen Spaß!

[www.mental-strategie.de/html/sport.html](http://www.mental-strategie.de/html/sport.html)

## Teilnahme:

Bei dem Seminar werden nicht die Hunde, sondern die Menschen trainiert. ;-)

Verbindliche Anmeldungen werden nur mit beiliegendem Anmeldeformular angenommen.

Bei Nichtteilnahme erfolgt KEINE Rückerstattung der Seminarkosten, es kann aber natürlich Ersatz genannt werden.

Wenn eine Warteliste besteht, können im Falle einer Absage Interessierte nachrücken. Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt. Getränke und Essen erhaltet ihr günstig im Vereinsheim. Die Kosten hierfür sind bei der Seminargebühr nicht enthalten.

Anmeldungen an: [thomas.nicolas@hovawartverein.de](mailto:thomas.nicolas@hovawartverein.de)

Wir freuen uns auf ein spannendes Seminar!



## WANN

Fr. 29. Mai 2020 - 13 bis 18 Uhr

Sa. 30. Mai 2020 - 09 bis 18 Uhr

So. 31. Mai 2020 - 09 bis 18 Uhr  
gesamt 2,5 Tage

## WO

Platzanlage der  
Hundefreu(n)de Dortmund  
Schloß Westhusener Str. 74  
44357 Dortmund

## KOSTEN

220 Euro pro Teilnehmer  
max. 12 Teilnehmer

## KONTAKT

Thomas Nicolas  
[thomas.nicolas@hovawartverein.de](mailto:thomas.nicolas@hovawartverein.de)  
Tel.: 0160 - 150 29 67

[www.hovawartwestfalen.de](http://www.hovawartwestfalen.de)