



Norrköping Söderköping GK bjuder in till en intressant kurs om golfens psykologi tillsammans med Micael Hallgren!

Under fyra tillfällen (4x45min) pratar Micael Hallgren om varför man ska träna mentalt, och kommer bl.a. gå igenom ämnena:

- Självförtroende/självkänsla
 - Att sätta mål
 - Visualisering
 - Hantera stress/rädsla
 - Det inre samtalet
 - "Bankvalvet & bajspåsen"
- Att kvala till Europatouren och vad som utmärker de som blir bäst.

Datum: ons 21/2, ons 28/2, ons
7/3, ons 14/3

Klockan 18.00-18.45 i Idrottens
Hus i Klockaretorpet

Kostnad: 200 kronor (som betalas med swish)

Anmälan till filip@nsgk.se
senast 19/2

