

ONLINE-SCHULUNG

Fokus & Performance steigern, Missverständnisse vermeiden,
in den Flow kommen

INHALTE

- **Eingangstest:** «Wie gut ist Dein Fokus aktuell?»
(Montag, 15 Minuten)
- **5 praktische Trainingseinheiten** zu je 15 Minuten
(Montag bis Freitag, während der Arbeitszeit)
- **Abschlusstest:** «Welche Fortschritte hast Du erzielt?»
(Freitag, 15 Minuten)
- **Feedbackgespräch/Fragerunde**
- **Mitschnitte der Einheiten** werden im Anschluss zur
Verfügung gestellt (für den internen Gebrauch)

Für
Unternehmen
ab **30**
Mitarbeitern!

FUNDIERUNG

10-Jahres-Studie von McKinsey (2014) 2- bis 5-mal mehr Produktivität im Flow.
Wie geht das? Mit den Übungen aus dieser Online-Schulung!

Termin:

Nach Absprache, ab sofort buchbar:
kontakt@michael-draksal.de

Entwickler: Michael Draksal, M.A.

Sportwissenschaftler | Sportpsychologie (asp/BDP) | DOSB-Ausbilder
Präsident Deutsche Mentaltrainer-Akademie e. V.
www.Michael-Draksal.de

