

26.04.2013 12:49 von Administrator

[Mentale Stärke trainieren](#)

Oft strengen wir uns extrem an, um etwas zu erreichen und vergessen dabei, dass wir mit unseren Gedanken viel mehr erreichen könnten. Mentales Training ist schon lange kein Fremdwort mehr und trotzdem wird es oft vernachlässigt. Im Spitzensport ist ein Training ohne mentale Übungen nicht mehr denkbar und auch Führungskräfte werden immer mehr darin geschult.

[Weiterlesen ... Mentale Stärke trainieren](#)

Einen Kommentar schreiben