



MUT TUT GUT! - Stärken stärken.

Das Leben wird immer komplizierter und stellt dich Tag für Tag vor neue Herausforderungen.
Oft fehlt dir der Mut, der Plan, die Ausdauer und du bringst dich selbst um den Erfolg?

In diesem **Kinderkurs** stellst du dich als Teilnehmer oder Teilnehmerin spielerisch Situationen, die auffordern zu handeln oder etwas Schwieriges anzupacken.

Energie sammeln >>> Mut nehmen >>> Planen >>> Durchführen >>> Dranbleiben

Du wirst gemeinsam mit anderen Kindern...

- ✓ *der Angst und dem Mut begegnen, beide an der Hand nehmen und über dich hinauswachsen,*
- ✓ *deine Stärken und Schwächen kennen lernen und annehmen,*
- ✓ *deine Ressourcen und Kompetenzen erweitern,*
- ✓ *in verschiedene Rollen schlüpfen und dich besser kennenlernen,*
- ✓ *dich unterschiedlich ausdrücken können,*
- ✓ *dein Selbstvertrauen stärken,*
- ✓ *die Sprache deines Körpers mit Biofeedback erlernen und verstehen,*
- ✓ *einander Feedback geben und dich selbst kritisch betrachten lernen.*

In der Gruppe kannst du Herausforderungen gemeinsam mit anderen Kindern meistern, von ihnen lernen, ihnen aber auch viel beibringen und dich gemeinsam über die Erfolge freuen.

Wir begleiten dich bei diesem Kurs, in dem du...

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>im Hochseilgarten kletterst,</i> ✓ <i>auf der Slackline balancierst,</i> ✓ <i>Einrad fährst,</i> ✓ <i>beim Bogenschießen fokussieren lernst,</i> ✓ <i>beim Boxen deine Energie auslebst,</i> ✓ <i>zaubern lernst,</i> ✓ <i>vor der Gruppe etwas präsentieren darfst,</i> | <ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>in verschiedene Rollen schlüpfst,</i> ✓ <i>eigene Ängste und Emotionen spielerisch darstellst,</i> ✓ <i>koordinative Aufgaben bewältigst,</i> ✓ <i>mentale Stärke und Ausdauer entwickelst,</i> ✓ <i>dich in verschiedenen Erfahrungswelten erlebst – z.B. in einem finsternen Wald,</i> ✓ <i>und Vieles mehr</i> |
|---|---|

Umfang: insgesamt 10 Termine

Zeit: jeweils 16:00 bis 18:00 Uhr (an ausgewählten Tagen im Hochseilgarten kann es auch 3 bis 3 1/2 Stunden dauern)

Kosten: 450 € einschließlich Materialien, Getränke und kleine Snacks

Hinweis: Der Eintritt im Hochseilgarten ist nicht inkludiert und kostet ca. 14 € pro Kind.

Wichtig: Gesichtsmaske und *Ninjabass* bitte IMMER mitnehmen!

Der nächste Kurs startet am 14. Oktober 2021.

Anmeldungen unter info@WunderPunktLeben.net oder +43 (699) 1242 0941.

Hier findest du die 10 Termine:

14./22.*/28. Okt 2021 --- 11./18. Nov 2021 --- 09./16. Dez 2021 --- 13./20. Jän 2022 --- 3. Feb 2022

*...je nach Wetter im Hochseilgarten

Mit **Mag. Monika Fuhs** (Leiterin des Kompetenzzentrums)
und **Michael Brandl, BA** (Sportler, Mentaltrainer und angehender Psychologe)

Wir freuen uns auf dich!

Änderungen vorbehalten!

Mag. Monika Fuhs

Klinische Psychologin | Gesundheitspsychologin | Kinder- & Jugendpsychologin | Bio•Neuro•Cardiofeedback-Therapeutin
Karl Kaubek Straße 5 | 2103 Langenzersdorf bei Wien
IBAN: AT572011100037961446 | BIC: GIBAATWW | UID: ATU 50101606
☎ +43 (2244) 41 41 | ☎ +43 (699) 1242 0941 | ✉ info@WunderPunktLeben.net | 🌐 www.WunderPunktLeben.net