



Härmed vill vi i Vånga Ridklubb och Ofeigur Islandshästförening inbjuda till en föreläsning med Mental coachen Rasmus Bagger.

Den 8/2-2015 kl 17:00-19:00 , plats Länsförsäkringar i Kristianstad. Kostnad 300kr/person, icke medlem Vånga el Ofeigur 350kr, ni som hjälpt till på tävlingar och annat i Vånga eller Ofeigur + barn till <15år 200kr Kommer att finnas förfriskning.

Anmälan/betalning skall senast vara gjord den 5 januari till bg 5801-8565 och ett mail till

liselotteolsson@live.se eller ring 070-2124490

Övrig info Liselotte Olsson eller Maria Ericsson maria.ericsson75@hotmail.com

Anmälningen är bindande.

Rasmus Bagger har tagit mästerskapsmedaljer i flera sporter och har ridit världscupen i fälttävlan.

Idag är han mental coach åt många internationella toppryttare. Bla till Rolf-Göran Bengtsson.

Rasmus hävdar bestämt att alla kan lära sig och att det är 80% som är mentalt och endast 20% teknik. Kan det vara sant? När vi ser alla olika ryttare på tex VM, så olika de rider....är det så att det de har gemensamt är viljan och tron att det går.

"Alla har en högsta- och en lägstanivå. Om du fokuserar på svagheterna blir avståndet till högstanivån för långt för att du ska kunna nå dit. Men om du istället tänker positivt, och på dina styrkor, strävar du efter och presterar därmed också på din högsta nivå."

Vill du ett stort steg längre eller bara finna ro i det du gör, då är detta tillfället för dig!

Jag vill våga?

Vad skiljer den som lyckas från den som inte når fram?

Jag är alltid lugn men hästen är spänd.....

Hur blir man en vinnarskalle?

Rädd att misslyckas?

