

Ny termin!



Ladda mentalt!

Kurs på Mjölby ridskola med Nina Fox Stark

Kursen vänder sig till dig som vill utveckla din mentala styrka och förbättra din ridning. Nina Fox Stark är c-tränare, dipl coach och aktiv tävlingsryttare.

- Hur skapar du dina mål och hur når du dit?
- Hur coachar och leder du dig själv?
- Hur hanterar du din rädsla?
- Hur utvecklar du din mentala inställning och styrka som ryttare?
- Hur lär du dig att tänka rätt?

tisdagen den 24 januari kl 18-21
onsdagen den 25 februari kl 18-21

Välj det datum som passar dig!

Pris: 50 kr faktureras eller betalas kontant på plats
(gratis för ridklubbsmedlemmar och Mjölby ridskolas elever)

Anmälan senast två dagar före kursdatum till
nina.fox.stark@gmail.com

076-162 75 20

Samarrangemang mellan Mjölby ridskola, MRK och SISU