

Weitere Feedbacks von Teilnehmern

Ja, meine Erwartungen wurden erfüllt. Ich konnte einige gute Erkenntnisse aus Deinem Vortrag und auch aus der PP mitnehmen. Nun versuche ich diese in mein Spiel zu integrieren... Ja, ich kann den Kurs weiterempfehlen, vor allem für Spieler die bereit sind, sich mit neuen Gedanken auseinander zu setzen.

Hallo Sandra, vielen Dank für dein Handout, ich werde mir gerne regelmässig Zeit nehmen, um das vermittelte Wissen zu festigen. Ich erlebte den Abend als sehr kurzweilig und lehrreich. Was mir besonders gut gefiel, war das permanente Verlinken von Wissen und praktischen Golf-Erfahrungen. Uebrigens, ich habe ja erzählt, dass es mich „angurkt“ auf der Autobahn unterwegs zu sein, einerseits weil ich grundsätzlich nicht gerne Auto fahre, aber auch weil mich viele der Verkehrsteilnehmenden auf der AB ängstigen.

Gestern musste ich dann ja wieder einmal auf die A1, weil ich mit meiner sehr stark gehbehinderten 90-jährigen Mutter einen Besuch in einem Tertianum absolvieren musste.

Und prompt waren auf der Hinfahrt 6 oder 7 mit farbigen Bändern dekorierte, teils tiefergelegte Autos unterwegs, deren Fahrer sich auf der Strecke bis Lenzburg mehrmals ein Rennen lieferten. Mit Unterstützung deiner Tipps zur Atemtechnik und den Daumen/Zeigefinger Übung liess mich das Ganze recht kalt und ich zog „meine“ Bahn recht ruhig. Unterwegs und auch nach der Ankunft bei meiner Mutter lobte ich mich mehrmals für meine souveräne Fahrweise und in Seon angekommen, klopfte ich mir zufrieden auf die Schulter. Wenn das nicht als unmittelbarer Erfolg deines Trainings zu werten ist.....

Schönes WE (mit oder ohne Golf). Beste Grüsse

Feedback ZOOM-Gruppenhypnose:

Die Erwartungen wurden erfüllt und ich würde am Fortsetzungskurs mit drei Hypnose-Sitzungen sehr gerne teilnehmen.

Feedback ZOOM-Gruppenhypnose:

Hallo Sandra, ich möchte mich bei dir nochmals bedanken für dein Coaching. Es war sehr interessant und lehrreich und von dir sehr gut vorgetragen. Ich muss den Handout noch paar Mal lesen dass ich deine Punkte auch auf dem Parcours abrufen kann....

Jetzt hoffe ich dass es bald losgeht.

Feedback ZOOM-Gruppenhypnose:

Liebe Sandra, ich fand den Kurs sehr gut. Für mich hat die zoom Methode sogar noch besser gepasst als eine persönliche Teilnahme. Die anderen Teilnehmer kommen einem nicht so nahe (!!!). Mit deiner Präsi hast du ein paar Punkte angesprochen, die mich fasziniert haben. Hauptsächlich das Bild vom Bewusstsein 3 cm und Unterbewusstsein (2 Berge). Natürlich ist es da nicht erstaunlich, wenn das Unterbewusstsein einem immer wieder dreinfunkt!!!

Ich bin ein aus meiner Kindheit geschädigtes Kind, das sehr gut gelernt hat mit Willenskraft und analytischem Denken etwas zu erreichen. Das Unterbewusstsein zuzulassen hat mich schon immer sehr beschäftigt. Fehler zu machen, hat mich zurückgeworfen und ich habe nicht verstanden wieso. Na ja ohne auf zu viele Einzelheiten einzugehen, deine Präsentation hat mich angeregt, mich wieder einmal vertieft auf mich einzulassen. Auch finde ich den momentanen Zustand des Driftenlassens äusserst angenehm. Man spürt, sieht und fühlt so viel wie sonst nie. Meine Erwartungen waren differenziert und somit wurden sie übertroffen. Weiterempfehlen kann ich den Kurs auch ohne Vorbehalte.

Vielen Dank liebe Sandra

Feedback ZOOM-Gruppenhypnose:

Liebe Sandra, mir hat der gestrige Online-Kurs sehr gut gefallen, wenngleich es via Internet sicher nicht ganz so optimal ist, wie mit direktem Kontakt.

Der Kurs war teilweise Refreshing von Bekannten (aber leider wieder in Vergessenheit geratenen) Facts. Sehr spannend war die Erweiterung des Mental-Coachings durch Hypnose und die Selbsterfahrung damit in der gestrigen Session. Ich fand es sehr gut, dass Du uns Teilnehmenden vorab erklärt hast, wie Bewusstsein und Unterbewusstsein arbeiten und wie Hypnose überhaupt funktioniert. Diese Basisinfos benötigt man, um zu wissen, dass Hypnose nicht „Hokus Pokus“ und keine Glaubenssache ist! An einem Fortsetzungskurs bin ich auf jeden Fall interessiert!

Ich werde den Kurs in jedem Fall mit Überzeugung weiterempfehlen! Nun wünsche ich Dir noch gutes Durchhalten in der besonderen Situation und hoffe, dass wir uns bald einmal zu einer freudvollen Golfrunde treffen können.

Feedback ZOOM-Gruppenhypnose:

Vielen Dank für die Unterlagen und vielen Dank auch für das gestrige Meeting. Es war das erste Mal, dass ich eine Mentalcoaching mitgemacht habe und ich fand es sehr aufschlussreich. Ich werde versuchen, das Gehörte zu verarbeiten und hoffentlich dann auf der Runde umzusetzen. Wird sicher nicht auf Anhieb gelingen, aber ich werde auf jeden Fall daran arbeiten. Und wer weiss, vielleicht gibt es dann ein weiteres Coaching. Nur würde ich es dann lieber face to face machen, obwohl das gestern sehr gut geklappt hat. Vielen Dank noch einmal für Deine hervorragende Vorbereitung und Umsetzung! Herzlichen Gruss.

Hallo Sandra

Der 2.0 Kurs hat mir gefallen und es hat Spass gemacht.

Ich bin auf dem rechten Weg und bin überzeugt, dass ich mein Potential dieses Jahr dank Training und deiner Hypnose entfalten werde.

Liebe Sandra

Vielen Dank für deine Nachricht und die Unterlagen.

Gerne gebe ich dir ein Feedback zum Kurs.

a) Ich bin bewusst ohne Erwartungen gekommen. Hatte bereits Erfahrung mit Meditation und wingwave und fand es spannend, wie alles zusammenhängt. Die Hypnose-Session war sehr entspannend und ich bin noch immer erstaunt, wie das Zeitgefühl einen täuschen kann. Den Kurs kann ich ohne Bedenken weiterempfehlen.

b) Einfach mal loslassen und sich auf Neues einlassen. In tiefer Entspannung finden wir Ruhe und Klarheit. Es zeigen sich Wege und Lösungen auf, die Batterien können aufgeladen werden und eine innere Zufriedenheit stellt sich ein. Ausprobieren lohnt sich auf jeden Fall.

Liebe Grüsse & schöne Abe

Liebe Sandra

Vielen herzlichen Dank für die Unterlagen.

Der Kurs hat mir sehr gut gefallen und es war ein super spannender Abend. Ich nehme immer auch etwas ins Private mit, denn mir geht es nicht nur ums golfen, sondern weiterhin

an meiner mentalen Stärke zu arbeiten. Ein sehr interessantes Gebiet so wie der Körper im Allgemeinen.

Wie schon das letzte Mal, bin ich immer mehr von der Hypnose begeistert, schade das ich es nicht früher kennengelernt habe. Ich weiss gar nicht ob es mit gestern zu tun hat, aber ich habe heute müde Augen und meine Glieder sind etwas schwerfällig. Nicht unangenehm, irgendwie eine innere Ruhe. Heute wird mich im Geschäft niemand aus der Ruhe bringen.

Nochmals vielen herzlichen Dank und ich freue mich schon auf eine Fortsetzung.

Ich wünsche Dir einen wunderschönen Tag.

Hallo Sandra

Vielen Dank für das Mail sowie das Handout.

Der Kurs hat meine Erwartungen mehr als erfüllt. Würde den Kurs auf jeden Fall weiterempfehlen. Du hast die Leute so richtig abgeholt und es war sehr spannend und informativ. War ein sehr gelungener Abend auch mit der Hypnose. Uebrigens Liffahren ist für mich kein Problem mehr.

Werde den 2.Kurs auch noch besuchen, sobald ich mehr Golferfahrung habe. Wünsche dir noch einen schönen Sonntag

Liebe Grüsse

Liebe Sandra

Danke für den interessanten Einblick in das Mentalcoaching. Für mich war es eine positive Erfahrung. Hoffe dass ich die Instruktionen und Tipps gut umsetzen kann, als „Kopflastiger“ Mensch fällt mir das nicht immer so leicht. Mein Motto auf dem Platz bisher und weiterhin: „no risk no fun“.

Liebe Sandra

Ich hoffe, es geht Dir gut! Gerne gebe ich Dir anbei noch mein schriftliches Feedback, welches Du natürlich gerne verwenden kannst. Nachdem ich bereits schon hell begeistert war von Sandra's Golf Mental Coaching und der Gruppenhypnose - habe ich mich dazu entschieden, bei Sandra eine Einzelsitzung zu buchen zum Thema Angst. Ganz lieben Dank Sandra für die tolle und wirkungsvolle Hypnose - ich fühle mich seit der Hypnose im wahrsten Sinne des Wortes "leichter" - meine Angst u.a. beim Autobahnfahren, als Beifahrer, alleine in den Keller gehen etc. hindert mich nicht mehr, mein Leben so zu leben, wie man es eigentlich sollte - d.h. ganz einfach und ruhig ins Auto steigen und losfahren - frei von kleinen "Panikattacken" - das Leben genießen und nicht immer die Angst im Nacken zu haben - ich merke auch wie ich ruhiger geworden bin - meine innere Unruhe scheint in den Keller geschlidert zu sein = SUPER! Ich genieße das Leben viel mehr - bin freier - ganz gerzlichen Dank dafür Sandra! Ich kann die Hypnose wirklich allen empfehlen! Probiert es aus!

Muss jetzt übrigens dank Dir immer in den Keller den Wein holen gehen;-) - Danke für diese extra Fitness;-) Take care!

Colette

Liebe Sandra

Vielen Dank für das "Handout" und auch nochmals für den spannenden Abend gestern. Deine Ausführungen ergeben für mich Sinn (natürlich, sonst würdest Du es ja nicht machen ;-)... und ich freue mich, beim Training und auf der nächsten Runde auf die tools zurückzugreifen. Es mag harte Arbeit sein und ich denke, genau so sollte es sein. Die Vermittlung Deines know-hows empfinde ich als gelungen und ich werde den Kurs bestimmt weiterempfehlen. Dementsprechend freue ich mich auch auf Deine Einladung für den Fortsetzungskurs nächstes Jahr.

Ich wünsche Dir weiterhin viel Spass & bis glii,

Marco

Es war ein toller und sehr interessanter, lehrreicher Kurs, die wir bei und mit dir geniessen durften. Alles kleine und entsprechend „bleibende“ Tipps, die du uns humorvoll rüber gebracht hast. Was ich mit bereits spürbarem Erfolg anwende ist die 336-Formal, super! Ich gehe aber auch schon viel viel positiver hinter gewisse Schläge (Loch 9, Bubikon!!!!!!) und der Erfolg kommt! Der Abend hat sich auf alle Fälle gelohnt, dank dir und deinen wertvollen Tipps. Ganz herzlichen Dank.

Vielen Dank für das Handout. Meine Erwartungen wurden erfüllt; vielen Dank für deine «mentalen» Tipps. Ich habe heute eine Runde absolviert, dabei mich recht häufig an die to do's erinnert und sie angewendet und dabei ein gutes Score erzielt. Ich werde meine to do's weiter anwenden und bin überzeugt, damit mein HC weiter verbessern zu können.

Liebe Sandra, das Seminar am Montagabend war sehr interessant und kurzweilig. Du machst das sehr gut mit deiner lockeren und natürlichen Art. Du kommst sehr authentisch rüber. Anhand der Beispiele, die du von dir preis gibst, bringst du dich auf die gleiche Ebene wie wir Teilnehmer sind - wir haben alle die gleichen (Golf)probleme. Ich muss dir von meiner gestrigen Erfahrung auf dem Platz berichten. Ich hatte echt super Schläge, war nicht mehr so verkrampt und die Schläge haben sich locker angefühlt. Ich hatte auch keine Angst, dass der Schlag nicht gelingen würde. Auf dem von mir angesprochenen Wasserloch 11 auf Kyburg habe ich Par gespielt. Mit einem einzigen Schlag neben die Fahne... es hat sich so gut angefühlt. Meine Flightpartnerin hat gesagt, ich spiele ein super Golf und sie habe mich noch nie so spielen sehen. Es hat gut getan. Ich weiss nicht, ob das morgen wieder so geht, wir wissen ja, wie Golf ist... Aber wenn ich die Angst vor den Schlägen verloren, bzw. das Selbstvertrauen wieder gefunden habe, dann hat mir das Seminar sehr geholfen. Dankedanke. Ich schaue jetzt mal wie es die nächsten Tage läuft mit Golf und schliesse eine Einzeltherapie nicht aus. Ich bin echt froh, dass ich mir die Zeit am Montag genommen habe und bin sehr gespannt, wie es weitergeht. Hast du solche positive Rückmeldungen von Leuten, die am Seminar teilgenommen haben? Ich freue mich, wieder von dir zu hören und halte dich updated.

Liebe Sandra

Vielen Dank für die Unterlagen, die ich sehr spannend finde - auch die Tipps! Ich habe mir fest vorgenommen, den Trainingsplan auf die Driving-Range mitzunehmen.

Den Workshop fand ich sehr anregend und inspirierend, und die Putting-Übungen eine willkommene Abwechslung zur Theorie. Definitiv ein Kurs, den ich - without worries - weiterempfehlen kann und werde.

Hallo Sandra,

für mich war es eine neue positive Erfahrung und ich habe davon profitiert.

Natürlich gibt es immer wieder Leute in einer Gruppe die eine «negative» Ausstrahlung haben und damit ein wenig für Unruhe sorgen. Aber eben «who cares». Danke für deine Geduld, deine Tipps und die neue (andere) Golf-Erfahrung.

GruZH, Fredi

Guten Tag Sandra.

Herzlichen Dank für den gestrigen Abend. Du hast deine Kenntnisse überzeugend und professionell präsentiert.

Im Verlauf des Abends kam uns vieles bekannt vor. Auf dem Heimweg fanden wir die Lösung. Vor vielen Jahren, damals standen wir noch auf der Karriereleiter, besuchten wir einen Kurs «Mental-Training». Auch die Ankertechnik war uns dadurch bereits ein Begriff. Wie es so ist, haben wir vieles Vergessen oder ist weit in den Hintergrund gerückt. Deshalb: Ein äusserst positiver, sinnvoller und schöner Abend.

Wir wünschen dir beruflich, privat und selbstverständlich auch im sportlichen Bereich viel Erfolg und Freude.

Liebe Grüsse

E. & P.Z

Liebe Sandra

Vielen Dank für die rasche Zustellung des Handouts zum gestrigen Kursabend. Ich war sehr neugierig auf die Hypnose, weil auch ich in einem verwandten Bereich arbeite. Als Kunsttherapeutin arbeite ich mit der Lösungsorientierten Malthérapie (LOM®) ebenfalls auf der unbewussten Ebene der Emotionen. Das Praktische an der Hypnosetechnik ist natürlich, dass man dazu kein Material braucht.

Vielen Dank für den interessanten Abend und auf ein nächstes Mal.

C.Z.

Liebe Sandra

Vielen lieben Dank!!!

Mir hat es im Prinzip mega Spass gemacht.

Die Putting-Übungen fand ich gut. Es hat 2 Teilnehmerinnen darunter gehabt, mit denen ich nie auf eine Golfrunde gehen würde. Für das liebe ich diesen Sport zu sehr.

Gerne ein anderes Mal

Liebe Sandra

Vielen Dank für die Unterlagen und die Links. Mir hat es auch riesig Spass gemacht. Deine offene und direkte Art schätze ich sehr. Ich werde mich im Training, während den Runden und speziell an den Turnieren an deine Inputs erinnern. I'm a champion!!

Hallo Sandra

Danke Dir für die Kursunterlagen. Natürlich auch für den spannenden und interessanten Abend in Oberkirch! Es hat uns sehr gut gefallen, Du hast eine sehr fesselnde, positive und ansteckende Art. Ehrlich gesagt sind wir ohne bestimmte Erwartungen zu Dir gekommen, um unvoreingenommen etwas neues zu entdecken. Es war eine spitzen Erfahrung für uns beide! MERCI!! Deinen Kurs werden wir gerne weiterempfehlen. Wir sind sehr interessiert am Kurs 2.0.

Hoffentlich findet bald einer in Oberkirch statt.

Wünschen Dir eine gute Woche und bis bald mal wieder Liebe Grüsse aus Nottwil

Liebe Sandra

Vielen herzlichen Dank für das Handout!! Hab's schon bei meinen Hypnose-Unterlagen abgelegt.

Ich fand den gestrigen Abend mit dir superspannend und sehr unterhaltsam! Über deinen Charme und Schalk habe ich mich köstlich amüsiert und die Zeit verging wie im Flug.

Deine Anregungen und Tipps für's bessere Golf-Spiel sind absolut anwendbar und einleuchtend! Ich werde versuchen so viel wie möglich davon umzusetzen.....Anker ist gesetzt!! Sei lieb gegrüsst und würde mich auf ein Wiedersehen freuen.

Liebe Sandra

Ich möchte mich ganz herzlich bei dir für diesen wirklich tollen, interessanten, humorvollen, informativen und kurzweiligen Abend bedanken. Ich habe sehr viel gelernt (und gelacht). Du bist einfach eine supertolle Referentin. Meine Erwartungen wurden vollends erfüllt und ich würde den Kurs wirklich allen und Jedem und Jeder empfehlen. Dies nicht nur des Inhalts wegen, sondern auch wegen dir als Referentin. Du warst einfach Spitze. Ich hoffe sehr, dass ich dann den Fortsetzungskurs besuchen kann. Bis dahin versuche ich Vieles von dem gelernten und gehörten umzusetzen J i am a champion J (ich = die, welche am Schluss fast erfroren ist und „Autositzheizung“ sei Dank, wieder warm wurde).

Claudine

Hallo Sandra

Vielen Dank für das Handout. Für mich war es ein spannender und sehr interessanter Abend.

Wie locker du die drei Stunden bestritten hast, hat mich sehr beeindruckt. Ich werde versuchen, auch so locker die kommenden Runden zu spielen.

Ich wünsche viel Erfolg und alles Gute. Theddy

Guten Abend liebe Sandra

Meine Hypnose bei dir hat Wunder gewirkt.

Ich kann mich viel besser abgrenzen, spiele ohne Probleme über Wasserhindernisse, der Lichtschalter wird täglich eingesetzt, auch bei der Arbeit.

Fühle mich auch nicht mehr gestresst bei Mitspieler wo es nur um die Punktzahl geht.

Ich benütze meinen orangen Kopfhörer regelmässig, was mir auch aufgefallen ist auch häufig bei der Arbeit. Sage ganz klar und deutlich was mir nicht passt.

Auch eine Auswirkung von deiner Behandlung ist, dass ich nur noch mit Menschen spiele, wo es für mich stimmt. Ich will Freude an diesem Sport haben.

Vielen Dank für alles, vor allem für deine tollen Ratschlägen.

Verena

Liebe Sandra

Besten Dank für das Handout.

Ich war gestern auf der driving Range und musste oft an Deine Ratschläge denken und habe sie natürlich versucht so gut als möglich umzusetzen.

Das Resultat..... ich hatte richtig gute Hammerschläge und es hat Spass gemacht! 😊

Danke

Sabina

Liebe Sandra

Gerne geben wir Dir ein kurzes Feedback zum Mental-Coaching Golf. Der Kurs hat unsere Erwartungen durchaus erfüllt (wir arbeiten daran...!). Du hast es verstanden das Mental-Coaching auf eine gute und humorvolle Art weiterzugeben. Wir freuen uns jetzt schon auf einen Fortsetzungskurs im nächsten Frühling.

Bis dahin wünschen wir Dir eine gute Zeit.

Herzliche Grüsse

Brigitte & Wendel



Murielle Frischknecht

Junioren Meisterin Golfclub Lägern

"Das Mental-Coaching bei der Perform Punkt AG hat mich persönlich weiterentwickelt und mir nochmals klar aufgezeigt, wie wichtig gerade im Golfsport der Kopf ist. Mental Stärker sein als deine Konkurrenten!"

Hoi Sandra

In Bezug auf mein ungutes Gefühl beim Golf hat sich nach der Einzelsitzung sehr vieles verändert.

Erstens habe ich es nun sehr selten und falls, dann kann ich es eben mit meinen Ankern und vor allem mit meinem „neuen“ Selbstbewusstsein sehr gut positiv lenken.

Wir waren im November eine Woche an einem Proam in Belek und es war eine super Gelegenheit zu spüren wie ich nun mit den schwierigen Situationen umgehe...ein voller Erfolg...ich wurde jeden Tag besser und konnte auch während der Runde innert kurzer Zeit sehr gut von negativem Gefühl auf ein sehr positives Gefühl ändern. Insbesondere spüre ich nun wie ich wirklich gerne „kämpfe“ ...und dass dies eben spass macht... Wichtig ist auch, dass meine Frau mir bestätigt dass es wirklich beeindruckend ist, wie ich schwierige Situationen handhabe, und allgemein viel positiver, aufgestellter und motivierter bin. Ebenso interessant ist, dass ich bestimmte Nebeneffekte erlebe; insbesondere dass ich viel aufgeschlossener auf Menschen zu gehe und diese Freude haben dass ich mit Ihnen plaudere...oder dass ich in bestimmten geschäftlichen Situationen interessiert zu höre und dann mit einem wirklich sehr guten Vorschlag komme, welche alle Teilnehmer beeindruckt. Gelassenheit und Vertrauen :-)

Ich bin sehr dankbar für diesen grossen Fortschritt.

Ich war jetzt 3Tage in Lipperswil es ist sehr gut gelaufen. Am meisten habe ich auf die Worthygiene geachtet - Selbssuggestionen andere ausblenden. Und möglichst locker und viel Spass... hat schon ziemlich gut funktioniert. Danke war für mich super.

Vielen Dank für das tolle Mental Coaching. Mir hat es sehr viel Spass gemacht und auch auf dem Golfplatz habe ich einen Unterschied bemerkt. Letzten Samstag habe ich ein Turnier gespielt und versucht deine Tipps umzusetzen... am Anfang war ich damit sehr erfolgreich aber habe nach ca 8 Loch bemerkt wie mich die Konzentration verlässt. Wie du gesagt hast, muss das auch geübt sein. Ich bin mir also sicher, dass ich das noch hin bekomme. Trotz eher schlechtem Spiel an 10 Löchern hat es mir mega Spass gemacht und wie du gesagt hast ist das wirklich das wichtigste.

Nachträglich besten Dank für den interessanten Abend und die zugestellte Handout. Es war das erste Mal dass ich mich mit der Sporthypnose befasste und versuchte ins Unterbewusstsein abzutauchen. War sicher ein spannendes Erlebnis. Ich fand die Ausführungen sehr wertvoll mit vielen guten mentalen Tipps für das Golfen. Erste Versuche habe ich am Freitag gerade an einem Golfturnier teilweise erfolgreich angewendet. Im 4er Scramble wollten jedoch die Puts und somit die Birdies nicht fallen. in unserem Flight war ich der einzige, der immer überzeugt war und dies auch motivierend den Kollegen mitteilte, dass noch Puts fallen werden. Da drückten sicher deine Worte vom Vorabend durch :-). Es war dann ein Chip zum Birdie auf der 18 :-). Für mich waren diese Bewusstsein - Unterbewusstsein Zugänge die wertvollsten Erkenntnisse. Habe mich noch nie damit auseinandergesetzt. Insbesondere auch deine Aussage dass das Unterbewusstsein sehr stark bereits in der Kindheitsphase geprägt wird und zu einem gesunden inneren Selbstbewusstsein führe. Da will ich mich sicher noch etwas vertiefter damit beschäftigen. Wenn's terminlich passt bin ich in einem Jahr wieder gerne dabei.

Besten Dank Sandra, übrigens ich habe sehr gut geschlafen! Meine Erwartungen wurden voll erfüllt. Ich habe vor genau 20 Jahren mal etwas ähnliches gemacht. Nun habe ich an der linken Hand für allg. Wohlbefinden und rechts für Golf meinen „Druckpunkt“ ! Deine Tipps aus dem Leben eines Golfers kamen gut an und deine aufgestellte, positive Art ebenso. Ich kann den Kurs nur empfehlen. Es zeigt auf das Golf eben auch im Kopf gespielt wird! Danke und ein schönes Wochenende

Sorry für verspätete Rückmeldung deines Coaching! Wir wollten den Erfolg einige Male testen. Meine Leistung hat sich eindeutig stabilisiert, und zwar im positiven Sinn. Auch die Backside-Runde läuft gut und machmal sogar besser als die Frontside! Leider ist das Hcp noch nicht gesunken. Aber die Hoffnung lebt, und am Samstag beim Ladies open gibt es ja wieder eine Chance. Wir sehen uns ja am Samstag in einer Woche und dann kann ich Dir weitere Details mitteilen.

Guete Morge Sandra, habe die Rangliste des Golfturniers vom 24.5.18 in Oberkirch erst später gesehen. Möchte dir mein Resultat nicht vorenthalten. War mein bestes Golf bisher. Von 108 SpielerInnen war ich im 18. Rang. Dieses Ergebnis muss damit zusammenhängen, dass ich mir auf der ganzen Tour deine Tipps zu Herzen nahm. Gute Zeit und freundliche Grüsse

Das Mental - Coaching vom 23.5.18 hast du erfrischend begleitet. Ich spiele seit ein paar Jahren Golf. Habe zum ersten Mal einen solchen Kurs besucht. Dabei habe ich neue Sachen gehört, sie verstanden und mich beeindruckt. V.a. auch die Hypnose - Übung am Schluss war für mich speziell. Ich nahm mir deine Empfehlungen zu Herzen. Am nächsten Morgen hatte ich ein Turnier (Scramble) in einem 4er - Flight. Und hatte das Gefühl, für meine Verhältnisse recht gut Golf gespielt zu haben, wahrscheinlich besser als sonst. In diesem Sinne werde ich weitermachen. Herzlichen Dank für deine guten Tipps und habe weiterhin Erfolg mit deinen Kursen.

Vielen Dank für die Unterlagen. Der Kurs hat mich sehr angesprochen und ich konnte bereits erste Früchte davon ernten.

Am Wochenende habe ich ein 9-Loch Turnier gespielt und konnte mein HC um 0.5 senken. Ist doch nicht schlecht. Einige Tipps habe ich bereits angewendet. Und jetzt heisst es weiter so..... Liebe Grüsse und viel Spass beim Golfen

Hatte gestern ein Matchplay mit unseren Senioren und war immer unter Druck durch ein paar Fehler. Mal 2 zurück dann wieder 1 up und wieder zurück, rauf und runter. Nach Loch 15 lag ich 2 unter und zum Sieg musste ich jetzt die 3 letzten Löcher gewinnen. 16 gewonnen, 17 gewonnen und 18 auch gewonnen. Machte einige Sachen aus deinem Kurs, z.B. Mit den Fingern klippen vor dem Schlag aufs letzte Green, Schlag perfekt 3m neben Flagge, fast Birdie gemacht. Nicht schlecht für den Tag danach. Hoffe, bin überzeugt, es geht weiter so.

Meine Erwartungen sind voll erfüllt worden. Ich fand es von Anfang bis zum Ende sehr spannend. Die Pause hätte ein wenig länger sein können (wegen den Toiletten). Und die Stühle bequemer – denn am Schluss der Reise hatte ich so Nackenschmerzen, dass ich mich nicht mehr ganz den guten Gefühlen hingeben konnte. Deine Präsentation war toll und sehr lebendig, man fühlt deine Energie, deine Begeisterung und möchte sofort gleich alles umsetzen und auf die Drivingrange gehen und ausprobieren. Evt. wäre dies auch noch spannend – den Kurs länger zu machen und dann das mit den Tees und das Fokussieren zu üben.

Meine Erwartungen wurden bestens erfüllt. Ich würde oder werde das Coaching weiterempfehlen.

1) meine Erwartungen wurden übertroffen, ich hätte nicht erwartet, dass nach dem Kurs die Verankerung der Visualisierung so präsent bleibt und anhält.

2) dein Coaching werde ich weiterempfehlen und ich bin interessiert an einem allfälligen Aufbau Kurs nach dem Basis Kurs.

Da ich noch nie mit Sporthypnose konfrontiert war, war Dein Anlass das erste Mal, dass ich der Sporthypnose begegnet bin, weshalb ich auch nicht vergleichen kann oder irgendwelche Erwartungen hatte. Der zweite Teil Deiner Veranstaltung, war eine persönliche Bereicherung! Ich war erstaunt über die Zeitverhältnisse der Gruppenhypnose, dass ich am Abend zu Hause das erste Mal gegähnt habe, tief geschlafen habe, allerdings nur bis 0500 Uhr, dann aber noch einmal in einen Tiefschlaf versunken bin! Ich habe bei meinen positiven Beispielen einen Eagle am Loch zwei auf dem Dietschiberg, und ein Turnier auf dem Dietschiberg (Fähnli Match am ersten August, an dem ich das Loch 1 noch einmal spielen musste und das Hcp untermalte), an dem ich 3. geworden bin, mir immer wiedervorgestellt. Ich würde das Mental-Coaching Allen weiter empfehlen, vor allem seit ich von Dir die Abgrenzung zu den konventionellen Mentaltrainings erfahren habe und aus meinem bisher erlebten!

Ja, ich würde es sofort weiterempfehlen. Ich kam völlig kaputt und gestresst an diesen Anlass und kam entspannt und sehr zufrieden nach Hause. Ich war zwar müde, aber auf sehr angenehme Weise – Entspannung pur. Dieses Gefühl konnte ich gestern an meinem 12-Stundenmarathon abholen und wurde ruhiger und zufriedener und du glaubst es nicht auch noch effizienter. Keine Hektik, wenn ich mich auf dieses Gefühl zurückerinnert habe. Tolle Geschichte und absolut empfehlenswert für alle gestressten Businessmenschen. Wenn eure Sitzungen nicht so teuer wären, dann würde ich mir 1-2 Sitzungen leisten, um mich wieder auf das Business fokussieren zu können.

Ja, meine Erwartungen wurden erfüllt. Ich hatte zwar das Gefühl nie irgendwie «weg» gewesen und immer präsent gewesen zu sein (im Hier und Jetzt). Aber als du sagtest, dass die Hypnose ¾ Std. gedauert hätte, muss ich doch dabei gewesen sein. Ja, ich würde das Coaching weiterempfehlen.

Erwartungen sind voll erfüllt worden. Du hast das sehr gut gemacht Sandra, werde Dich gerne weiterempfehlen.

Ja, ich würde das Coaching weiter empfehlen. Mir hat es nicht ganz das gebracht wo ich mir erhofft habe doch ich habe sicher ein paar wichtige Erkenntnisse bekommen die mir helfen meinen Golfweg zu gehen. Vielen Dank.

Meine Erwartungen wurden übertroffen. Ich fühlte mich nach der Hypnose-Runde noch 3-4 Tage richtig locker (mein Kollege ebenfalls) auch das Spiel war am Sonntag recht gut mit Deinen Vorlagen zur „Selbstkontrolle“. Habe aber letzten Sonntag bemerkt, dass die Rhythmen nicht so leicht zu verinnerlichen sind, hatte schon wieder ein wenig Mühe mich auf den Ablauf zu konzentrieren. Ich denke für mich wäre ein Kurs nötig um die Methodik besser zu üben und zu verinnerlichen. Habe euch schon weiterempfohlen, da ich den Anlass super gefunden habe (inkl der Vortragenden).

Gerne möchte ich mich nochmals für das Mental-Coaching vom letzten Samstag bedanken! Es war sehr interessant und hat mich fasziniert. Meine Erwartungen sind erfüllt worden und ich werde und habe schon Dein Coaching gerne weiterempfohlen.

Dein Mental Coaching Golf war professionell. Meine Erwartungen wurden erfüllt. Gerne werde ich das eine oder andere umsetzen und vermehrt mentale Werkzeuge nutzen. Zu optimieren wäre die Geschwindigkeit bei der Schlusstrance. Etwas langsamer und gefühlvoller.

Ich bin eigentlich mit wenig Erwartung gekommen und wollte mich einfach positiv überraschen lassen – was auch so passiert ist. Sicher ist es schwierig so in einer Gruppe (und auch so unbequemen Stühlen) sich so richtig gehen zu lassen und deshalb ist für mich die Wirkung aus einer solchen Gruppentherapie eher fraglich. Jedoch bin ich überzeugt, dass es bei einer Einzeltherapie sehr erfolgreich sein kann. Die theoretischen Hinweise wie „Macher / Denker“ usw. sowie die weiteren kleinen Tipps und Tricks fand ich hingegen sehr interessant. Ich habe am Sonntag mit diesen Mitteln erste Versuche in Otelfingen angewendet und ich habe für mich eine überzeugende Runde gespielt – vor allem war ich bei keinem Schlag unsicher, d.h. ich war positiv. Ich würde das Coaching sicher gerne weiterempfehlen.

Ich konnte mir gar nicht richtig vorstellen, was mich erwarten würde. Aber meine Erwartungen wurden erfüllt. Ich kam zum ersten Mal in Berührung mit Hypnose. Ja, ich würde das Coaching weiterempfehlen - nicht nur für Golf.