

COGNIPROVE



# MENTAL TRAINING



[www.cogniprove.de](http://www.cogniprove.de)

# COGNIPROVE



## Unser Warum

Unsere Leidenschaft ist es, Menschen mit Freude beim Wachsen und in ihrer Entwicklung zu begleiten, damit wir die Welt gemeinsam ein bisschen besser machen.



## Unser Bild

Wir stellen uns eine Welt vor, in der mehr und mehr Menschen selbstwirksam mit starkem Charakter mental und körperlich gesund sind sowie glücklich miteinander leben.



# COGNIPROVE



## Unser wie



### **Sicheres Umfeld**

Bei uns gibt es einen geschützten Raum. Fehler sind Anlass zur Entwicklung!



### **Vertrauen**

Wir vermitteln Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten!



### **Verlässlichkeit**

Wir sind füreinander da und halten uns an unsere Absprachen!



### **Verantwortung**

Für das eigene Denken, Fühlen und Handeln!



## Unsere Inhalte

Wenn Du Dich für ein Mental Abo interessierst, möchtest Du für ein Jahr mit unserer Unterstützung an Deinem Mindset arbeiten. In diesem Jahr geben wir Dir durch gezielte Anleitung verschiedene Techniken und Übungen mit an die Hand, damit Du das hast, was Du brauchst.

Der Ablauf:

- Interaktive Mentale Trainings via Zoom
- Externe Vorträge und Coachings zu speziellem Themen
- Kostenfreie virtuelle Sprechstunde für gezielte Fragen
- Wöchentliche wechselnde Themen
- Regelmäßige Worksheets für Nachhaltigkeit



### Kontakt

[www.cogniprove.de](http://www.cogniprove.de)

[Sebastian.Mundruc@cogniprove.de](mailto:Sebastian.Mundruc@cogniprove.de)



# COGNIPROVE



## Was wir machen



### **Selbstbewusstsein**

die eigenen Stärken und Schwächen kennen



### **Selbstvertrauen**

Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten



### **Umgang mit Fehlern**

Fehler zum Wachstum nutzen



### **Innere Stärke**

Stärken hervorheben

# COGNIPROVE



## Die Termine

Die Termine finden wöchentlich statt. Du kannst Dich, anhand Deines individuellen Zeitplans, zu einem Termin Deiner Wahl, reinschalten.  
Die Termine:

Mittwochs:

16:00 – 16:55 Uhr virtuelle Sprechstunde  
17:00 – 18:00 Uhr Coaching

Freitags:

15:00 – 16:00 Uhr Coaching  
16:05 – 17:00 Uhr virtuelle Sprechstunde

Samstags:

09:30 – 10:30 Uhr Coaching

Sonntags:

09:00 – 10:00 Uhr Coaching

### Kontakt

[www.cogniprove.de](http://www.cogniprove.de)

[Sebastian.Mundruc@cogniprove.de](mailto:Sebastian.Mundruc@cogniprove.de)



# COGNIPROVE



## Der Rahmen

Für Deine optimale Entwicklung einigen wir uns auf eine Zusammenarbeit von einem Jahr. Deine Vorteile sind:

- Wirkliche Entwicklung durch langfristige Zusammenarbeit
- Austausch mit anderen
- Möglichkeit der Wiederholung oder Aufarbeitung

Dein monatlicher Preis im Abo:

59,90 €

Der Preis für Dein Gruppentraining ohne Abo:

39,90 €

Kontaktiere uns jetzt!

### Kontakt

[www.cogniprove.de](http://www.cogniprove.de)

[Sebastian.Mundruc@cogniprove.de](mailto:Sebastian.Mundruc@cogniprove.de)

