

ZURISEE CHALLENGE

„Explore the spirit in YOU!“

Kalender 2024/25

Es braucht keine Anmeldung für Deine Teilnahme.
 Sei dabei, wann immer es Dir und Deinem Terminkalender passt - wir freuen uns auf Dich!
 Treffpunkt: An der Risi in Stäfa unterhalb des Imbissstandes.

22. September 18 Uhr Saisonstart	29. September 18 Uhr	6. Oktober 18 Uhr	13. Oktober 18 Uhr	20. Oktober 18 Uhr
27. Oktober 17 Uhr	3. November 17 Uhr	10. November 17 Uhr	17. November 17 Uhr	24. November 17 Uhr
1. Dezember 17 Uhr	8. Dezember 17 Uhr	 15. Dezember 14 Uhr 4. Adventsbad	22. Dezember 17 Uhr	5. Januar 17 Uhr
12. Januar 17 Uhr	19. Januar 17 Uhr	26. Januar 17 Uhr	2. Februar 17 Uhr	9. Februar 17 Uhr
16. Februar 17 Uhr	23. Februar 17 Uhr	30. Februar 17 Uhr	2. März 17 Uhr	9. März 17 Uhr
* 16. März 17 Uhr (Individuell)	23. März 18 Uhr	30. März 18 Uhr	6. April 18 Uhr	13. April 18 Uhr Saisonabschluss

* Am 16. März 2025 wird ausnahmsweise niemand vom Team anwesend sein.
 Dies soll euch aber nicht von einem gemeinsamen Bad abhalten. ;-)



Mentale Stärke FÜR GROSS UND KLEIN



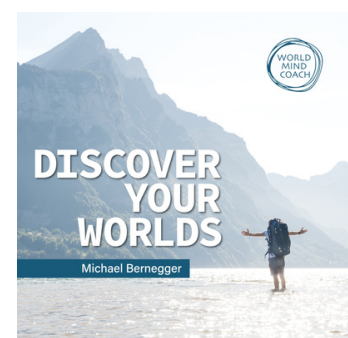
Das **Workbook** der **Zürisee Challenge** begleitet Dich mit mentalen Tipps und Tricks durch die gesamte Saison und bietet Dir einfache Methoden, wie Du Deine Ziele, Träume, Wünsche und Visionen erreichst.

COACHING2GO bietet einfache und unkomplizierte mentale Unterstützung für Jugendliche und Sportler auf ihrem Weg zu ihren persönlichen und sportlichen Zielen



Die **persönliche Fantasiereise für Kinder** begleitet Kinder in ihre Gefühlswelt und hilft dabei, unangenehme Gefühle in positive umzuwandeln und und Vertrauen in sich und ihr Leben zu entwickeln

“Discover Your Worlds” - Der Podcast für Motivation, Inspiration und Lebensfreude ausserhalb Deiner Komfortzone.
Weil Dein Körper mehr kann, als Du denkst!



Alle Angebote für Kinder, Jugendliche und Sportler findest Du auf:
www.michaelbernegger.com/angebote

