

Das geeignete Lebensziel finden

„Power für die Jugend“: Mentales Training im „House of Sports“



Der Mentaltrainer Andreas Werner (links oben) konnte seinen jungen Schützlingen im „House of Sports“ viel Optimismus vermitteln. Foto: Privat

ECKENTAL – „Power für die Jugend“ und „Erfolgreich erwachsen werden“. Im Gesundheitszentrum „House of Sports“ in Brand lernten Kinder und Jugendliche im Alter von acht bis 16 Jahre Grundkenntnisse für ein zufriedenes Leben.

Der Themenkatalog, den der Mentaltrainer Andreas Werner aus Weinzierlein für die jungen Kursteilnehmer zusammenstellte, war vielfältig. Wie kann man Selbstbewusstsein

aufbauen, wie kann man „mit Konflikten richtig umgehen“ und wie findet man „das geeignete Lebensziel“? Die Gefühle „optimal“ zu steuern, „spielerisch“ zu lernen und den richtigen Umgang mit dem Taschengeld zu finden.

Diese Themen finde man auf den Lehrplänen der deutschen Schulen nicht mehr, meinte Werner. „Dies zeigt sich in einer ständig zunehmenden Orientierungslosigkeit bei Jugendlichen“, so der Mental-

trainer, der unter anderem auch Profisportler im Fußball und Tennis coacht.

Schafkopf am Stammtisch

HETZLES – Beim „Michlwirt“ (Gasthaus Beck) steigt am 23. März ein Schafkopftreffen. Veranstalter ist der Stammtisch „Frühaufsteher“, der verlockende Preise ausgesetzt hat. Dem Gewinner des Turniers, das um 19.30 Uhr beginnt, winken 150 Euro, der