



# Mut, List Stärke, Phantasie?

>>SO TICKEN SUPERHELDEN<<

EINE EINFÜHRUNG IN DAS  
MENTALTRAINING FÜR KINDER UND  
JUGENDLICHE VON 12-16 JAHREN



**je-crois**

Dein Vertrauen in deine Kraft ist dein Erfolg.

- > ENTDECKE WIE MAN SEINE ENERGIEN BÜNDELT
- > ERLEBE WIE MAN LOCKER AUF SCHWIERIGKEITEN ZUGEHT
- > BESUCHE MIT DEINEN FREUNDEN DAS JC-EVENT

AM MITTWOCHNACHMITTAG, 26. MÄRZ 2014, IM CLUBHAUS ZUG94,  
RISTORANTE DA CARMEN, ALLMENDSTRASSE 26, 6300 ZUG

VON 14.00 UHR BIS 16.00 UHR ... MIT TEILNAHME-DIPLOM

ANMELDUNG VIA [INFO@JE-CROIS-SPORT.CH](mailto:INFO@JE-CROIS-SPORT.CH) - [WWW.JE-CROIS-SPORT.CH](http://WWW.JE-CROIS-SPORT.CH)

#### PROGRAMM

>>ICH SCHAFFE DAS! - GANZ SPORTLICH AN SICH SELBST GLAUBEN<<

HERR JÖRG SAABEL, INHABER UND INITIATOR VON >>JE-CROIS<<, FUSSBALLTRAINER,  
[WWW.JE-CROIS-SPORT.CH](http://WWW.JE-CROIS-SPORT.CH)

>>TRAUMREISE: ALS SIEGER EINSCHLAFEN UND GEWINNEN-EINFÜHRUNG  
INS MENTALTRAINING FÜR KIDS UND JUGENDLICHE<<

HERR ADRIANO CRUSCO, MENTALTRAINER ZHAW/IAP, MITGLIED SASP/SWISS OLYMPIC ANERKANNT,  
[WWW.I-MC.CH](http://WWW.I-MC.CH)

>>DEM DRUCK STANDHALTEN - MEIN WEG AN DIE SPITZE<<

FRAU DÉsirÉE EHRLER, SPITZEN-RADSPORT-ATHLETIN, JC-BOTSCHAFTERIN,  
[WWW.GIRLS-CYCLING-TEAM.CH](http://WWW.GIRLS-CYCLING-TEAM.CH)

#### KOSTEN

CHF 40.-/TEILNEHMER INKL. GETRÄNKE  
WENN SICH DEIN FREUND/DEINE FREUNDIN AUCH ANMELDET, ZAHLT  
ER/SIE NUR CHF 20.-



**je-crois**

Dein Vertrauen in deine Kraft ist dein Erfolg.

#### DAS KANNST DU AUCH!

Heldentaten zu vollbringen,  
bedarf keiner übernatürlichen  
Kräfte. Ob im Sport, in  
der Schule, im Verein, im  
Freundeskreis, in der Familie ...  
sich in scheinbar ausweglosen  
Situationen zurechtzufinden  
und im entscheidenden Moment  
das Richtige zu tun, erfordert  
Mut und Willensstärke. Wie  
man lernt, Ängste und Stress  
zu meistern, dies vermittelt  
das speziell für Kinder und  
Jugendliche entwickelte JC-Event.  
Unterstützt von einem Swiss  
Olympic-anerkannten Mentaltrainer  
und einer Spitzenathletin  
des Radsports, entdecken die  
Teilnehmenden auf spielerische  
Art und Weise, wie man seinen  
Kopf (in den Griff) bekommt  
und werden zum Ausprobieren  
ermuntert. Alles für den Glauben  
an sich selbst.

#### VERANSTALTER

Je-crois Förderorganisation für  
ehrlichen Sport ohne Doping  
Herr Jörg Saabel,  
Arbachstrasse 13c, 6340 Baar  
[info@je-crois-sport.ch](mailto:info@je-crois-sport.ch),  
[www.je-crois-sport.ch](http://www.je-crois-sport.ch)  
Mobile 076 512 00 60