



VÄLKOMNA PÅ

FÖRELÄSNING MED MARIA SUNDIN

Maria Sundin är en professionell ICF-coach, mental tränare, hopptränare och ridlärare. Hon har arbetat i 25 år som tränare för ekipage på alla nivåer i både hoppning och dressyr och jobbar nu heltid som mental coach för ryttare.

- Ta ansvar för din utveckling och nå dit du vill!
- Hur du kan förbättra kommunikationen med hästen.
 - Hantera stress och nervositet.
 - Skapa mål och hur du ska uppnå dem.
 - Hantera negativa tankar och känslor.

Är du medlem men inte terminselev är priset 100kr för senior och 50kr för junior. Anmälan skickar du in till info@oskarshamnsrk.se och så kommer ni få en länk skickade till den mejlen som ni anmäler er igenom.