



Dipl. Mentaltrainer & Mentalcoach
Termin: 13. - 21. Juni 2026

Intensivtraining Mallorca 2026
4 Module im "9 Tage-Mallorca-Paket"

Preis pro Person: DUO (2 Pers.) € 2.750,00
Preis Einzelperson: SOLO (1 Pers.) € 2.950,00



Mentaltraining

Lehrgang zu Deiner Berufung

In einer Zeit, die von Hektik, Druck und Überlastung geprägt ist, sind viele Menschen auf der Suche nach Wegen, wie sie mit den Herausforderungen besser zurecht kommen können. Bei der Frage nach dem Sinn unseres Daseins drängt sich auf, wie wir mit den zum Teil menschenverachtenden Umständen umgehen können. Krankheiten sind oft der letzte Weg, der uns zum Umzudenken zwingt.

Unser Zugang zum Mentaltraining besteht nicht nur aus faszinierenden Grundlagen und Techniken, die sofort in die Praxis umgesetzt werden können - es geht auch um die Verinnerlichung neuer und friedvoller Lebenskonzepte, die es erlauben, gewohnte Verhaltensmuster und Zustände positiv zu beeinflussen oder zu verändern.

Die Anwendungsgebiete der seriösen und wissenschaftlich gut untersuchten Methoden des Mentaltrainings sind sehr vielfältig, aber der breiten Masse noch wenig bekannt. Diese reichen von der Sportpsychologie über den Bereich der Rehabilitation, der Psychotherapie bis hin zur energetischen Psychologie. Daraus ergeben sich vielfältige Anwendungsgebiete, wie etwa der schulische Bereich, der Umgang mit Angst, Stressmanagement und Stressprävention im Alltag und im Business, etc.

Mentales Training kann bei Kindern und Erwachsenen bei einer Vielzahl von Problemen zur raschen Lösung eingesetzt werden.

Im Mentalcoaching begleiten wir seit Jahren Geschäftsführer und Vorstände, Olympiasieger und Weltmeister, aber auch Schulkinder und Hausfrauen. Wir sind davon überzeugt, dass in Österreich ein großer Bedarf an Mentaltrainer/Innen und Mentalcoaches besteht – und dieser Bedarf wird mit der zunehmenden Bewusstseins-Erweiterung der Menschheit ständig wachsen.



Mentales Krafttraining

Selbstcoachingtools zum Erfolg

Mental stark ist nur, wer sich seiner Antreiber und seiner Werte bewusst ist. Durch Mentaltraining ist eine Umprogrammierung des Unterbewusstseins möglich, einschränkende Glaubenssätze können neutralisiert werden. Diese mächtigen Werkzeuge erfährst Du in diesem Seminar. Mentales Training führt zu innerer Ruhe und zu einem gesteigerten Selbstvertrauen. Probiere es aus und erlebe massive Erfolgssteigerungen!

SEMINARINHALTE

- Erfolgsorientiert denken und handeln
- Die eigene Einstellung wählen
- Die TIME-OUT-Taktik - Höchstleistungen langfristig halten
- Körpersymptome im DIS-Stress (Yerkes-Dodson-Gesetz)
- Den Gedankenaffen zähmen (Das Geheimnis der Meditation)
- Werte und Glaubenssätze prägen Dein Verhalten
- Auflösen von einschränkenden Glaubenssätzen (Blockaden) mit EFT
- Die 4 Schritte mentaler Veränderung
- Die Transformation mit der Klopftechnik verstehen und anwenden
- Nachhaltige Energiearbeit mit "Meridian Therapy Techniques" (MET+)
- Klärung der Beziehungsbedürfnisse mit BSFF

Dieses Modul ist auch einzeln buchbar!

SEMINARZIEL

Nach diesem Seminar bist Du in der Lage persönliche Hürden und Blockaden aus dem Weg zu räumen. Du lernst wie man einschränkende Glaubenssätze mit der Klopfmethode neutralisiert. Du kannst Anspannung und Stress reduzieren und bist in der Lage dein volles Potenzial abzurufen. Erfolg ist dann etwas, das folgt.



Quantum Therapy

2-Punkt Methode für alle Lebenslagen

Nutze das unendliche Meer aus Information und Energie mit allen denkbaren und (noch) nicht denkbaren Möglichkeiten, tauche ein in die unendlichen Tiefen und gewähre der höheren Intelligenz, Veränderungen im Sinne Deiner Intention geschehen zu lassen. Erfahre das Privileg, die oft unmittelbaren Veränderungen bei Dir oder bei anderen beobachten zu können. Du lernst, wie Du mit kindlicher und unvoreingenommener Neugierde Quantum Therapy selbst erleben kannst.

SEMINARINHALTE

- Stille im Kopf - die Kraft des reinen Bewusstseins erfahren
- Das Tor zum Körper mittels Neurosprache öffnen
- Auflösen von Themen direkt an der Ursache
- Integration von förderlichen Ressourcen und Energien
- Zugang zu Deiner Intuition
- Ausgleich Deiner Energiezentren
- Mit Herz und Bewusstsein das Leben ordnen
- Kreativer Umgang mit den Methoden
- Der 7-Schritte-Transformationsprozess für jeden Lebensbereich
- Quantum Therapy mit anderen Methoden kombinieren
- Ho'oponopono im Quanten-Bewusstsein
- Die 3-Punkt-Methode (Triangulation)

Dieses Modul ist auch einzeln buchbar!

SEMINARZIEL

Du bist in der Lage, die 2-Punkt-Methode spielerisch, leicht und sicher anzuwenden, um dauerhafte und beeindruckende Erfolge damit zu erzielen. Bist Du als Therapeut, Heilpraktiker oder Coach tätig, wird Deine Arbeit sehr viel effektiver, und Erfolge stellen sich nicht nur erheblich rascher ein, sondern sind auch nachhaltig.



Hypnose & Selbsthypnose

Die Kraft des Unterbewusstseins nützen

Du willst andere Menschen hypnotisieren können und Techniken zur Hypnose sicher beherrschen? Du möchtest den Zustand der hypnotischen Trance selbst erleben, um künftig die enorme Kraft deines Unterbewusstseins mittels Selbsthypnose effektiv zu nutzen? Du willst Hypnose beruflich und privat sicher und erfolgreich anwenden? Dann ist diese Hypnoseausbildung für Dich goldrichtig!

SEMINARINHALTE

- Hypnose - Entwicklungsgeschichte und Mythos
- Grundwerte, Ethik und Gesetzeslage
- Suggestibilitätstests durchführen und beherrschen
- Basisinformation und Vorgespräch
- Vorstellungskraft und Realitätskreislauf
- Direkte und indirekte Hypnosetechniken
- Wirkung hypnotischer Sprachmuster
- Arten der Hypnoseeinleitung (Induktion)
- Rücknahme von Suggestionen und Hypnoseauflösung
- Phänomene (Armkatalepsie, Sesselkleben,..) beherrschen
- Affirmationen kreativ erstellen
- Anwendung posthypnotische Befehle
- 3 Techniken zur Selbsthypnose
- Anwendungsmöglichkeiten zur Spitzenleistung

Dieses Modul ist auch einzeln buchbar!

SEMINARZIEL

Du lernst Techniken um Hypnose und Selbsthypnose sicher anzuwenden. Du besitzt nach dem Seminar die Fähigkeit die Hypnosezustände zu vertiefen, posthypnotische Befehle einzusetzen und die Hypnose wieder aufzulösen. Du erlebst viele praktische Übungen in einem geschützten Rahmen ohne Zwang und Peinlichkeiten.



Mentale Zielprogrammierung

Von der Vision zur raschen Zielerreichung

In uns allen schlummert deutlich mehr, als wir bisher genutzt und entfaltet haben. Meistens findet bei der Zielformulierung die persönliche Wertewelt keine Berücksichtigung. Die Folge davon ist, dass wir stark unter unseren Möglichkeiten leben und im Zielprozess ständig inneren Konflikten ausgesetzt sind.

SEMINARINHALTE

- Veränderungspotenziale entdecken mittels Kraftfeldanalyse
- Visionssuche (innere Stimme u. Symbolwelt)
- Das Bild einer persönlichen Vision ermitteln
- Zielformulierung nach dem „Ziele-Modell“
- Blockaden und Selbstsabotageprogramme auflösen (Logosynthese+)
- Eine neue Wirklichkeit erschaffen (Reality Creation-Technik)
- Werte und innere Wertekonflikte kennen und ausgleichen
- Wie man sich selbst neu konditioniert und programmiert
- Mentaltraining und Selbsthypnose (Zielverankerung)
- Die Kraft der Affirmationen richtig nützen (Fantasiereisen)
- Ziele visualisieren und nachhaltig verankern
- Bewusste Steuerung der Gedanken und Emotionen
- Gute Gefühle aktivieren (Emotionales Feedback System)
- Durchhaltevermögen und Beharrlichkeit entwickeln

Dieses Modul ist auch einzeln buchbar!

SEMINARZIEL

Du entwickelst aus Deiner persönlichen Vision ein konkretes Ziel nach einer speziellen Methode der Zielformulierung. Du klärst deine Wertekonflikte und lernst mit der Logosynthese ein kraftvolles Tool zur Veränderung. Durch die mentale Verankerung wirst Du Deine Ziele mit Leichtigkeit und wesentlich rascher als bisher erreichen.

Modul 1	MENTALES KRAFTTRAINING	13. - 14. Juni 2026	Mallorca
Modul 2	QUANTUM THERAPY	15. - 16. Juni 2026	Mallorca
Modul 3	HYPNOSE & SELBSTHYPNOSE	18. - 19. Juni 2026	Mallorca
Modul 4	MENTALE ZIELPROGRAMMIERUNG	20. - 21. Juni 2026	Mallorca

Seminarzeiten Mallorca-Paket (M1-M4)

Modul 1: 09:00 - 12:00 Uhr und 16:00 - 19:00 Uhr (Anreise Freitag empfohlen)

Modul 2: 09:00 - 12:00 Uhr und 16:00 - 19:00 Uhr

Modul 3: 09:00 - 12:00 Uhr und 16:00 - 19:00 Uhr

Modul 4: 09:00 - 14:00 Uhr (Rückreise am gleichen Abend möglich)

Seminarort

Mallorca: Hotel PortBlue Club Pollentia Resort & Spa, Alcudia, 07400 Alcudia, ES
oder ALCUDIAMAR Marina Residence, Paseo Martimo 1,07400, Puerto de Alcudia. ES

Hinweis:

Beide Hotels liegt liegen direkt am Meer. Den aktuellen Preis findest Du auf der jeweiligen Hotel-Homepage. Das Trainerteam mietet ein Auto an.

Trainer und Seminarleitung



Peter SOLC
 Verhaltenstrainer
 Mentaltrainer im Spitzensport
 Dipl. Lebens- u. Sozialberater

Co-Trainer und Organisation



Josef ERNST
 Mentalcoach
 Dipl. Lebens- u. Sozialberater

Kosten

DUO € 2.750,00 = Einzelpreis je TN bei gleichzeitiger Anmeldung von 2 Personen

SOLO € 2.950,00 = Einzelpreis für eine/n TeilnehmerIn

(exklusive Übernachtung im Hotel und exklusive Flug!)

Pay later with **Klarna.**

Nähere Info und Anmeldung

www.lifecoaching.at oder **office@seminare.at** oder **+43 664 321 00 63**