



23. Juli 2020

**Einladung zum Frauenfrühstück**

Liebe Sportkameradinnen,

wir laden Sie herzlich zu einem Frühstück mit Vortrag ein:

**Termin:** **Samstag 17. Oktober 2020**

**Veranstaltungsort:** **Waldheim - Vereinsgaststätte der SVG Kirchberg,**

Backnanger Weg 99, 71737 Kirchberg  
(gegenüber Sportplätzen)

**Referentin:** **Simone Langendörfer**

(Ihre Spezialistin für Transformation und Bewusstseins-  
Entwicklung)

**Beginn:**

9:45 Uhr Get Together  
10:00 Uhr Beginn Frühstück  
10.30 Uhr Ref. Simone Langendörfer (Dauer ca. 60 Min)

**Energie Booster für Frauen**

- Wie gelingt es, neue Kraft und Energie zu gewinnen in einem herausfordernden Alltag mit großer MENTALER LAST?
- Wie können Prioritäten effizient gesetzt werden und dadurch Energie eingespart werden?
- Was bedeutet ACHTSAMKEIT im Alltag? Wie kann ACHTSAMKEIT trainiert und gelebt werden?
- Warum sollte man das eigene Selbstbild immer wieder reflektieren und hinterfragen?
- Welche Tools gibt es gerade für Frauen, um mental fit und leistungsstark zu sein und zu bleiben?
- 

Anschließend Diskussions- und Fragerunde - Ausklang

Bitte melden Sie sich bis 25.09.per mail mit vollständigem Namen und Verein bei der Geschäftsstelle ([skgs@sk-rm.de](mailto:skgs@sk-rm.de)) an – es gibt eine begrenzte Teilnehmerzahl.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.

Freundliche Grüße

*Simone Schneider-Seebeck*

Simone Schneider-Seebeck  
(Frauenbeauftragte komm.)