

Vortrag mit Simone Hauswald am 13.10.2021, Mehrzweckhalle Denkingen

Am 13.10.21 konnte Frank Nann, Geschäftsführer der Nachhaltigkeitsregion 5 G die Ex-Biathletin Simone Hauswald in der Mehrzweckhalle Denkingen begrüßen. Sie hielt den Vortrag mit dem Thema: „Mentaltraining – nicht nur im Sport, sondern für´s Leben!“.

Simone Hauswald war früher wohnhaft in Wehingen und sie ist für den Skiclub Gosheim an den Start gegangen. Heute wohnt sie mit ihrem Ehemann und Kindern in Schönwald.

Simone Hauswald ist eine ehemalige Biathletin und war 20 Jahre aktive Leistungssportlerin. Zu ihren größten Erfolgen zählen die beiden Bronze-Medaillen bei Olympia 2010 sowie Gold, Silber und Bronze bei diversen Weltmeisterschaften. Nach Beendigung ihrer Karriere 2010 ließ sie sich zum Mentalcoach und -trainer ausbilden und fand dort ihre zweite Berufung nach dem Sport.

In Vorträgen und Workshops im Bereich Mentaltraining und Persönlichkeitsentwicklung gibt sie ihre Erfahrungen aus dem Sport und ihrem Leben an andere Menschen weiter.

In ihrem Vortrag „Mentaltraining – nicht nur im Sport, sondern für´s Leben!“ gab sie Einblicke in die Welt des Mentaltrainings und verdeutlichte, dass es darin auch um eine Art Lebenseinstellung und „Handwerkszeug“ geht, das jeder Mensch für sich anwenden kann. Ihr Credo lautet: das Leben bewusst selbst in die Hand nehmen, Schritt für Schritt vorwärtsgehen, um sich glücklicher und entspannter zu fühlen. Und auch in diesem Bereich gilt: „Wer rastet, der rostet!“

Die ca. 200 Zuhörer in der Mehrweckhalle Denkingen waren vom Vortrag begeistert. Simone Hauswald war mit der Resonanz sehr zufrieden. Sie war glücklich, wieder einmal in der Nähe ihrer alten Heimat gewesen zu sein und einen Vortrag trotz Corona halten zu können.

www.n-region-5g.de
kontakt@n-region-5g.de





Von links:
Dominic Butz (Bürgermeister Frittlingen)
Ralf Fahrländer (Bürgermeister Aldingen)
Thomas Albrecht (Bürgermeister Wellendingen)
Simone Hauswald
Frank Nann (Geschäftsführer der N!-Region 5 G)