



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lernen optimieren - Prüfungsangst meistern

Mit effektiven Strategien und mentaler Stärke zuversichtlich in die Prüfung

Themenbereich
Hochschulkurse

Kursbeschreibung

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die sich optimal auf eine Prüfung (Matura, UNI...) oder auf einen Aufnahmetest (z.B.: MedAT) vorbereiten möchten!

In diesem Seminar- Workshop erfährst du alles für eine optimale Testvorbereitung um zuversichtlich und motiviert in eine Prüfung zu gehen:

- Umgang mit Nervosität und Prüfungsangst
- Atem- und Entspannungsübungen
- Coaching Methoden aus dem Spitzensport
- Time Management
- Brain Food
- Lerntypanalyse
- Vorstellung und Einübung von Lern- und Merktechniken zur Anwendung komplexer Inhalte

Durch praktische Übungen lernst du deine Ressourcen kennen und nützen. Die, an diesem Tag erlernten Fähigkeiten, werden dir als wertvolles Werkzeug für dein künftiges Studium, oder deine Ausbildung zur Verfügung stehen!

Kurssprache
Deutsch

Beginn
11.05.2024

Ende
11.05.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
360 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Vahrn
Stiftstraße 1

Zielgruppe
Alle Interessierte



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Referent/in
Gabriele Knoflach

Gebühr

190 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it