

# Christian Härdi



Ich arbeitete jahrelang im Bank- und Finanzbereich, bevor ich eine leitende Stelle im kaufmännischen Bereich übernahm. Meine Leidenschaft, den Sport, übte ich immer in der Freizeit aus, teilweise mit einem erhöhten Zeitumfang, wie ihn wohl auch ein Leistungssportler betriebe. Heute blicke ich als Sportler auf viele Erfolge in einer Mannschaftssportart (Handball) und anschliessend in einer Einzelsportart (Pferdesport) zurück. Seit über 30 Jahren bin ich auch aktiv als Trainer, von Junioren bis Aktivmannschaften, Breitensport bis Leistungssport.

Die Bälle haben mich nicht losgelassen. Im Golfsport finde ich heute Ausgleich, Ruhe und mentale Entspannung. Daneben bin ich als Coach einer Nationalmannschaft im Behindertensport im Leistungssport tätig. Was diese jungen Menschen trotz ihrer körperlichen Behinderung leisten, verdient Respekt und Hochachtung.



Seit jeher stand für mich der Mensch im Mittelpunkt. Meditation, Mentales Training und auch Hypnose kenne ich seit vielen Jahren als sehr effiziente Werkzeuge, Herausforderungen zu meistern und Lösungen zu suchen. Nach einem absolvierten Nachdiplomstudium in Leadership und Management war für mich dann klar, dass in meinem weiteren Lebensweg der Mensch eine zentrale Rolle einnehmen wird. Was lag da näher, als ein schlummerndes Hobby zum Beruf, ja zur Leidenschaft werden zu lassen. Ich absolvierte eine Hypnoseausbildung mit vielen verschiedenen Modulen und schloss diese als Master-Hypnotiseur ab. Heute bezeichne ich Sport- und Kinderhypnose als meine Spezialgebiete. Die Verknüpfung von Sporthypnose und



Mentaltraining lag dann so nahe, dass ich auch entsprechende Modulausbildung in diesem Bereich absolvierte, wie auch eine spezielle Traumatherapie. Nachdem ich meine Hypnose- und Mentaltrainerausbildung noch mit der Ausbildung zum Life Kinetik Trainer abschloss, rundete ich das Ganze noch mit der Ausbildung zum Erwachsenenbildner SVEB 1 ab. Weiterbildung erachte ich heute als ein Muss.

**Gemeinsam zum Erfolg!**