



Flow:

*ditt ideala tillstånd när
du ska prestera*

Nyckeln till optimalt flow!

Flow är ditt ideala tillstånd när du ska prestera

Patrick Oderling från företaget **Flow Mo** ger oss kunskap om vad Flow är, hur vi kan mäta det, och hur vi kan sätta i system att hamna i Flow oftare. Dessutom får vi praktiska tips på hur vi kan mäta och förbättra vår sömn.

Sover du tillräckligt många timmar med bra kvalitet varje natt?

Sömn är ditt hemliga vapen för att få ett längre, friskare och ännu mer framgångsrikt liv. Den enskilt viktigaste faktorn när det gäller förmågan att hamna i Flow är SÖMN.

Toppresterare på t.ex Google, Navy Seals och elitidrottare har alla kommit till slutsatsen att Flow är helt oundgängligt för optimalt utförande.

Patrick är i grunden golfcoach, men är idag en alltmer anlitad föreläsare och coach inom olika idrotter och näringslivet.

Ta gärna med en kollega.

Varmt välkommen!

Praktiskt

Datum och tid

30 januari 2020

12:00 - 14:00

Plats

Handelskammaren,
Skeppsbron 2, Skeppsbron,
Malmö, Sverige

Pris & övrig information

595 kr/pers för
medlemsföretag i
Handelskammaren.
995 kr/pers för icke-
medlemmar.

Moms tillkommer. Anmälan är bindande, men platsen kan överlåtas.

Observera att vid
avanmälan, senare än fyra
dagar innan
arrangemanget, utgår full

Kontaktpersoner

Katarina Björnsdotter

042-37 07 60

katarina.bjornsdotter@handelskammaren.com

Victoria Karlsson

040-690 24 44

victoria.karlsson@handelskammaren.com

Plats

Handelskammaren, Skeppsbron 2, Skeppsbron, Malmö, Sverige



Läs mer

<https://handelskammaren.com/evenemang/nyckeln-till-optimalt-flow/>

avgift.

Sista anmälningsdag är den 23 januari.

Vi inleder med gemensam lunch kl 12:00!



Handelskammaren
I sydsvenska företags intresse