

Das neue Buch 2021 – für Kinder und Jugendliche von 7 – 14  
„Bleib aufrecht & vertraue dir“ – ISBN 978-3-200-07128-5

---

# Bleib aufrecht & vertraue dir

Das neue Buch 2021 für Kinder und Jugendliche 7 – 14  
Ab Jänner erhältlich mit über 100 Seiten und 5 Kapitel

Das neue Buch 2021: „**Bleib aufrecht & vertraue dir**“ ist das zweite Buch des Autors Thomas Katzensteiner und richtet sich dieses Mal an Kinder und Jugendliche von 7 – 14 Jahren. In über 100 (!) Seiten warten spannende Themen, wertvolle Techniken, Übungen, Tipps und Tricks, die dich in bestimmten Situationen noch stärker machen sollen.

## Ein Auszug aus dem Buch:

„Wer sich Ziele setzt, kann Ziele erreichen. Wer sich keine Ziele setzt, für den wird die Erreichung eines Zieles schwierig. Mit der folgenden Technik möchte ich dir zeigen, wie du Ziele richtig formulierst und du dich gleich heute mit deinen Zielen beschäftigen kannst“...

Außerdem bekommst du mit diesem Buch auch deinen Wochenplan, um die Techniken nicht nur zu trainieren, sondern sogar zu verinnerlichen. Und vieles mehr wartet auf dich im Buch: **Bleib aufrecht & vertraue dir**...

Natürlich ist dieses Buch mit der offiziellen ISBN Nummer (Internationale Standardbuchnummer), auf Englisch: International Standard Book Number versehen und hat die ISBN 978-3-200-07128-5

## **Weitere Highlights für dich** 😊

***Dein Buch persönlich vom Autor signiert und alle 5 Kapitel mit einer eigenen Audio-Datei besprochen zum perfekten Üben für dich zuhause***

Gerne wird auf Wunsch das neue Buch 2021: „**Bleib aufrecht & vertraue dir**“ persönlich vom Autor signiert, sogar eine offizielle Widmung des Autors auf deinen Namen ist möglich.

Zur Unterstützung und vor allem zur Förderung junger Menschen die aktiv mit diesem Buch und den darin beschriebenen Techniken arbeiten möchten, wird mit Bestellung des Buches eine besprochene Audio-Aufnahme per Mail übermittelt. Jedes Kapitel, die Übungen und Techniken werden auf der Audio-Datei erklärt und vom Autor des Buches persönlich besprochen. Somit kannst du jedes Kapitel in deiner Geschwindigkeit trainieren und dir das Audio so oft du möchtest, an fast jedem Ort, und wann immer du willst anhören...

Hier bekommst du das neue Buch 2021: „**Bleib aufrecht und vertraue dir**“ – für Kinder und Jugendliche von 7 – 14 (neu und original verschweißt) mit persönlicher Signatur des Autors, auf Wunsch sogar gewidmet auf deinen Namen und mit richtiger Anleitung und perfekter Anwendung des Buches dank einer besprochenen Audio-Aufnahme (diese wird per Mail übermittelt).

Das komplette Paket:

**Das neue Buch 2021: „Bleib aufrecht und vertraue dir“**, (neu und original verschweißt) mit persönlicher Signatur des Autors, auf Wunsch sogar gewidmet auf deinen Namen und mit der besprochenen Audio-Datei (per Mail), wo alle Kapitel beschrieben werden und du eine perfekte Anwendung bekommst, um

**EUR 9,95**

**Weil ich dich unterstützen möchte😊**

Bei Versand des Buches kommen die üblichen Versandkosten dazu (versendet wird nur innerhalb Österreichs, derzeit EUR 2,75 an Postgebühren als „Päckchen“ bis max. 2 kg)

**Dazu habe ich noch zwei Erweiterungspakete für Dich😊**

**Erweiterungspaket 1 – „Bleib aufrecht & vertraue dir“  
Das neue Buch mit Audio-Aufnahme + als echtes Training beim Autor**

Du bekommst das neue Buch 2021, persönlich vom Autor signiert, das heißt, du bekommst die offizielle Widmung des Autors auf deinen Namen für dein persönliches Buch: „**Bleib aufrecht & vertraue dir**“

Zusätzlich bekommst du die Anleitung und Anwendung des Buches als besprochene Audio-Aufnahme. UND dann geht es zum echten Training exklusiv für dich – 1 ganze Stunde mit einem Thema aus dem Buch: „**Bleib aufrecht & vertraue dir**“, direkt beim Autor in der Praxis lernen und ausüben. Dazu bekommst du nach erfolgreichem Training, das „**Bleib aufrecht & vertraue dir – Teilnahmezertifikat**“ – vom Autor des Buches persönlich signiert!

**Das neue Buch 2021, die Audio-Aufnahme und das echte Training mit einer ganzen Stunde inkl. Teilnahmezertifikat, exklusiv und ganz persönlich beim Autor des Buches**

**EUR 69,95**

Zusätzliche Belohnung für die ganz schnellen Kids bei Bestellungen des Erweiterungspakets 1:

Für die ersten 15 (!) Bestellungen von Paket 1 (einlösbar jedoch bis Jahresende 2021) gibt es das Erweiterungspaket 1 = das neue Buch, die Audio-Aufnahme und das echte persönliche 1-Stunden-Training inkl. Teilnahmezertifikat beim Autor statt ~~EUR 69,95~~ um **nur EUR 49,95**

**Erweiterungspaket 2 – „Bleib aufrecht & vertraue dir“  
Als Buch, die Audio-Aufnahme + ein echtes Training  
+ Zugabe: 100 Minuten Selbstverteidigung – damit du dich erfolgreich  
verteidigen und schützen kannst**

Du bekommst das neue Buch, persönlich vom Autor signiert, das heißt, du bekommst die offizielle Widmung des Autors auf deinen Namen für dein persönliches Buch: „**Bleib aufrecht & vertraue dir**“.

Zusätzlich bekommst du die Anleitung und Anwendung des Buches als besprochene Audio-Aufnahme.

UND dann geht es zum echten Training exklusiv für dich – 1 volle Stunde mit einem Thema aus dem Buch: „**Bleib aufrecht & vertraue dir**“, direkt beim Autor in der Praxis lernen und ausüben.

Zusätzlich nach erfolgreichem Training bekommst du das „**Bleib aufrecht & vertraue dir – Teilnahme-Zertifikat**“ vom Autor persönlich signiert!

PLUS – 100 Minuten Selbstverteidigung – damit du dich erfolgreich verteidigen und schützen kannst. Du lernst sehr effektive Techniken, um sich rasch, sicher und in fast jeder Situation verteidigen zu können.

Nach erfolgreichen 100 Minuten in Selbstverteidigung, bekommst du das neue Teilnahmezertifikat: „**Die Kunst zur Selbstverteidigung**“ überreicht!

**Das neue Buch, die Audio-Aufnahme und das echte Training:  
Eine ganze Stunde „Bleib aufrecht & vertraue dir“ – für dich  
exklusiv und ganz persönlich beim Autor des Buches  
+ 100 Minuten Selbstverteidigung – um dich erfolgreich verteidigen und  
schützen zu können (inkl. Teilnahmezertifikat) – EUR 139,95**

Zusätzliche Belohnung für die ganz schnellen Kids bei Bestellungen des Erweiterungspakets 2:

Für die ersten 15 (!) Bestellungen von Paket 2 (einlösbar jedoch bis Jahresende 2021) gibt es das Erweiterungspaket 2 = das Buch, die Audio-Aufnahme und das echte persönliche 1-Stunden-Training beim Autor + 100 Minuten Selbstverteidigung (inkl. Teilnahmezertifikat) statt ~~EUR 139,95~~ um **nur EUR 99,95**

*Alternativ sind statt 100 Minuten Selbstverteidigung auch 100 Minuten zusätzliches Mentaltraining, oder 100 Minuten Kampfkunsttraining möglich (auch mit Teilnahme-Zertifikat).*

**Die Bestellungen für das Buch: „Bleib aufrecht und vertraue dir“ mit der ISBN 978-3-200-07128-5 sind ab sofort möglich per Mail:**

[thomas@sport-presse.at](mailto:thomas@sport-presse.at)  
[office@ka-mental.at](mailto:office@ka-mental.at)

**Informationen und Anfragen sind jederzeit auch telefonisch möglich unter: 0676 400 99 18**

**versendet werden die ersten bestellten Bücher voraussichtlich ab Mo. 11.01.2021**

**Das neue Buch 2021: „Bleib aufrecht und vertraue dir“**

**ISBN 978-3-200-07128-5**

**Copyright 2021 by Thomas Katzensteiner – Eigenverlag**

**Veröffentlichung: Jänner 2021. Alle Rechte vorbehalten!**

**1. Ausgabe im Jänner 2021**

**[WWW.KA-MENTAL.AT](http://WWW.KA-MENTAL.AT)**

**WICHTIGER HINWEIS:**

**Zum Training vor Ort beim Autor**

Die Vor-Ort-Termine für die echten Trainingseinheiten beim Autor können natürlich sofort telefonisch vereinbart werden, der Zeitpunkt der Durchführung der Trainings hängt allerdings von den in Österreich aktuell gültigen Verordnungen und Bestimmungen ab.

Deshalb können ausgemachte Präsenztermine verschoben oder abgeändert werden.