

Sport Mentaltrainer

Sport Mentaltrainer-Weiterbildung

Informationen im Detail

ZIEL DER WEITERBILDUNG

Ziel des mentalen Trainings im Sportbereich ist, dass für Spitzen- und Hobbysportler ein kontinuierlicher **Verbesserungsprozess** gewährleistet wird.

IHR PERSÖNLICHER NUTZEN

Durch Sport-Mentaltraining werden Sie in der Lage sein, sowohl Ihre Technik als auch Ihre sportliche Taktik nachhaltig zu verbessern. **Erfolg beginnt im Kopf**, deshalb lernen Sie, Siegermentalitäten zu entwickeln und wie Sie zu Ihrem persönlichen **state of excellence** gelangen.

Weiters werden Sie etwaige vorhandene Wettkampfblockaden erkennen und abbauen lernen und können diese Methoden anderen Sportlern in Ihren eigenen Trainings weitergeben.

LEHRINHALTE

In diesen 40 Stunden beschäftigen Sie sich intensiv mit **Werteanalysen, Stärkenanalysen** und **Zielarbeit**. Ein Fokus liegt auch auf Entspannung und Konzentration sowie **Visualisierungstechniken**. Um langfristig erfolgreich zu sein, lernen Sie Erfolgsstrategien, Aktivierung von Siegerressourcen und beschäftigen sich mit Sport im State of Excellence.

Die eingesetzten Methoden sind u.a.: Konzept des integrativen Mentaltrainings im Sport, HIM-Sportmentaltrainingszyklus, Wechselwirkungen zwischen Körper und Bewusstseinsprozessen.

INVESTITION und DAUER

Investition:

■ € 790,00

Dauer:

■ 5 Tage

Terminübersicht aller Module

Sport Mentaltrainer Südtirol

Hotel Hochrain

39040 Natz-Schabs, Via Michael-Pacher-Str. 68, Italien

Zeitraum:

15.11.2017 - 19.11.2017

Terminübersicht aller Module

SPMT Block 15.11.2017 - 19.11.2017

Leitung

HERMANN KROTTENMAIER



Gründer der Mentalakademie Europa - Organisation AT Süd

h.krottenmaier@mentak.eu

+43 664 3576 236

PDF erstellt am: 17.11.2017