

TAG DES SPORTMENTALTRAININGS

Für:

Alle Trainer des organisierten Sports im Raum Berlin

Inhalte:

- (1) **Vorstellung:** Deutscher Bundesverband für Sportmentaltraining e.V.
- (2) **Workshop:** Unterschiede: Mentaltraining vs. Coaching
vs. Sportpsychologie vs. Psychotherapie
- (3) **Workshop:** Mentale Wettkampfvorbereitung:
Wie bereite ich meine Sportler mental auf den Wettkampf vor, mit dem Ziel
"Abruf der persönlichen Bestleistung, wenn ´s drauf kommt"
- (4) **Workshop:** Komme in den Flow, den Zustand höchster Konzentration
- (5) **Praxisbeispiele aus dem Profisport:**
Mentaltraining zur Verbesserung der Leistungsentwicklung

Referenten:

Michael Draksal - Vorstandsvorsitzender Deutsche Mentaltrainer-Akademie e.V. und
Deutscher Bundesverband für Sportmentaltraining e.V.

Andreas Paul - Vorstandsmitglied Deutscher Bundesverband für Sportmentaltraining e.V.
und Referent Deutsche Mentaltrainer Akademie e.V.

Andreas Eberlein – SEK-Ausbilder und Vorstandsmitglied Deutscher Bundesverband für
Sportmentaltraining e.V.

Termin:

05.12.2018, 18-21 Uhr

Ort:

Sportforum Berlin, Weissenseer Weg 53, 12053 Berlin

Preis:

29,00 EUR

Anmerkung:

Alle Teilnehmer erhalten ein Teilnahmezertifikat von 4 LE der
Deutschen Mentaltrainer-Akademie e.V. (DMA)

[Klicke hier, um zu weiteren Informationen und zur Anmeldung zu gelangen.](#)