

TAG DES SPORTMENTALTRAININGS

Für:

Alle Trainer des organisierten Sports im Raum Sachsen

Inhalte:

- (1) **Vorstellung** des Deutschen Bundesverbands für Sportmentaltraining
- (2) **Workshop:** Unterschiede: Mentaltraining vs. Coaching vs. Sportpsychologie vs. Psychotherapie
- (3) **Workshop:** Mental Wettkampfvorbereitung:
Wie bereite ich meine Sportler mental auf den Wettkampf vor mit dem Ziel
"Abruf der persönlichen Bestleistung wenn ´s drauf kommt"
- (4) **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 - Referent beim Bund Deutscher Radfahrer e.V. und Deutsche
Mentaltrainer Akademie e.V.

Unterstützer/Sponsoren:

concept4sport

Deutsche Mentaltrainer Akademie e.V.

Deutscher Bundesverband für Sportmentaltraining

Termin:

10. August 2017, 18-21 Uhr

Ort:

Leipzig, Am Sportforum 3

Anmerkung:

Alle Teilnehmer erhalten ein Teilnahmezertifikat von 4 LE

Teilnehmerzahl: 40 bis max. 80