

Fortbildung Trainer/in C
sportartübergreifend -
Mentaltraining im Wettkampfsport



Lehrgangsnummer: LM-25-080
Lerneinheiten: 8
Träger: Sächsischer Turn-Verband
Kosten: 65 € | Teilnahmegebühr
40 € | Sportvereinsmitglied LfV
Anmeldeschluss: 26.01.2025, 23:55 Uhr
Stornofrist: 26.01.2025

Termin

08.02.2025, 09:00 - 16:30 Uhr

Ort: Leipzig
Referent:in: Michael Sprenger

Inhaltliche Schwerpunkte

Das Seminar "Mentaltraining im Wettkampfsport" ist maßgeschneidert für Trainer/innen, die ihre Trainierenden auf Wettkämpfe vorbereiten wollen. Dieses praxisorientierte Seminar konzentriert sich darauf, mentale Blockaden im Wettkampf zu überwinden, um die Bestleistung abzurufen. Durch die Schwerpunkte auf die Gestaltung wettkampfnaher Trainingsmethoden, die Gewöhnung an Drucksituationen und die Etablierung einer optimalen Wettkampfroutine, erlangen Teilnehmende praxisnahe Methoden, um ihre Trainierenden bestmöglich auf den Wettkampf vorzubereiten. Die zentrale Botschaft des Seminars lautet: "Trainingsernst gleich Wettkampfspaß".

Hinweis

ZIELGRUPPE:

Diese Fortbildung dient zur Lizenzverlängerung der Trainer/in C-Lizenz und wird sportartenübergreifend anerkannt. Der Lehrgang ist aber auch offen für andere Interessierte und zukünftige Übungsleiterhelfer.

HINWEISE

Zum Lehrgang bitten wir mitzubringen: Sportbekleidung und Schreibunterlagen
Video- und Fotoaufnahmen sind grundsätzlich nicht zulässig, außer es wird vor Ort ausdrücklich gestattet.
Anmeldung bei minderjährigen Personen nur über den Verein möglich!

Veranstalter

Sächsischer Turn-Verband

Mit Buchung der Veranstaltung werden die Teilnahmebedingungen des STV/der STJ anerkannt. Diese sind über folgenden Link einsehbar.

AGB: https://www.stv-turnen.de/pdf/AGB_STV_STJ_2025.pdf

Internet: <https://www.stv-turnen.de>

Am Sportforum 3

04105 Leipzig

Tel.: 03 41 - 14 93 86 75

Fax: 03 41 - 14 93 86 89

E-Mail: info@stv-turnen.de