

Fortbildung Trainer-C & -B Leistungssport

Erfolg beginnt im Kopf - Mentaltraining im Leistungssport

- Wie schaffe ich es punktgenau meine Spitzenleistung abzurufen?
- Welchen Beitrag kann ich als Trainer dazu leisten?
- Wie und wann setze ich Mentaltraining erfolgversprechend ein?

Es ist schon lange kein Geheimnis mehr, dass im Sport vor allem auch im Kopf gewonnen wird. Um im Wettkampf die optimale Leistung realisieren zu können, gehören neben disziplinspezifischem Training und der richtigen Fitness vor allem mentale Stärke zu den wesentlichen Erfolgsfaktoren im Leistungssport. Mentaltraining ermöglicht dem Athleten die Fähigkeit vorhandene Ressourcen im richtigen Moment vollständig abrufen zu können, um seine optimale Leistung zu erreichen.

Die in der Theorie vermittelten Inhalte und Methoden werden unmittelbar in die Praxis umgesetzt, um den Transfer in den Trainings- und Wettkampftag sicherzustellen.

Termin: Samstag, 13. Oktober 2018

Ort: SKV Eglosheim Vereinszentrum (Tammer Str. 30, 71634 Ludwigsburg)

Ausrichter: LAZ Ludwigsburg / SKV Eglosheim

Referent: Frank Isola (selbstständiger Coach, Trainer und Berater)

Lehrgangsdauer: 9.00 – ca. 16.30 Uhr

Anmeldungen: Online über www.wlv-sport.de
→ Bildung → Online-Anmeldung

Hinweis: Nachdem die Online-Anmeldung inzwischen problemlos funktioniert und sich bewährt hat, wird für alle Fortbildungen und Kongresse ab 01.01.2018 bei einer schriftlichen Anmeldung per Email/Fax/Post eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 5,00€ erhoben. Email: stauss@wlv-sport.de (unter Angabe von Anschrift, Email-Adresse, Geburtsdatum, Vereinsangabe und Bankverbindung)



Gebühr: 40,-- € pro Teilnehmer (Inkl. Mittagsimbiss mit & ohne Fleisch)

Teilnehmerzahl: max. 20 Personen

Allgemeines: Die Fortbildung wird mit 8 Lerneinheiten (LE) für Trainer C & B Leistungssport zur Lizenzverlängerung angerechnet.

Wichtig: Es werden automatisch generierte Anmeldebestätigungen verschickt, sobald Ihre Anmeldung vollständig vorliegt und in unserem System eingetragen ist. Bitte ggf. Spamordner kontrollieren. Weitere Informationen erhalten Sie in der Vorwoche der Fortbildung per Email.



Leichtathletikzentrum Ludwigsburg

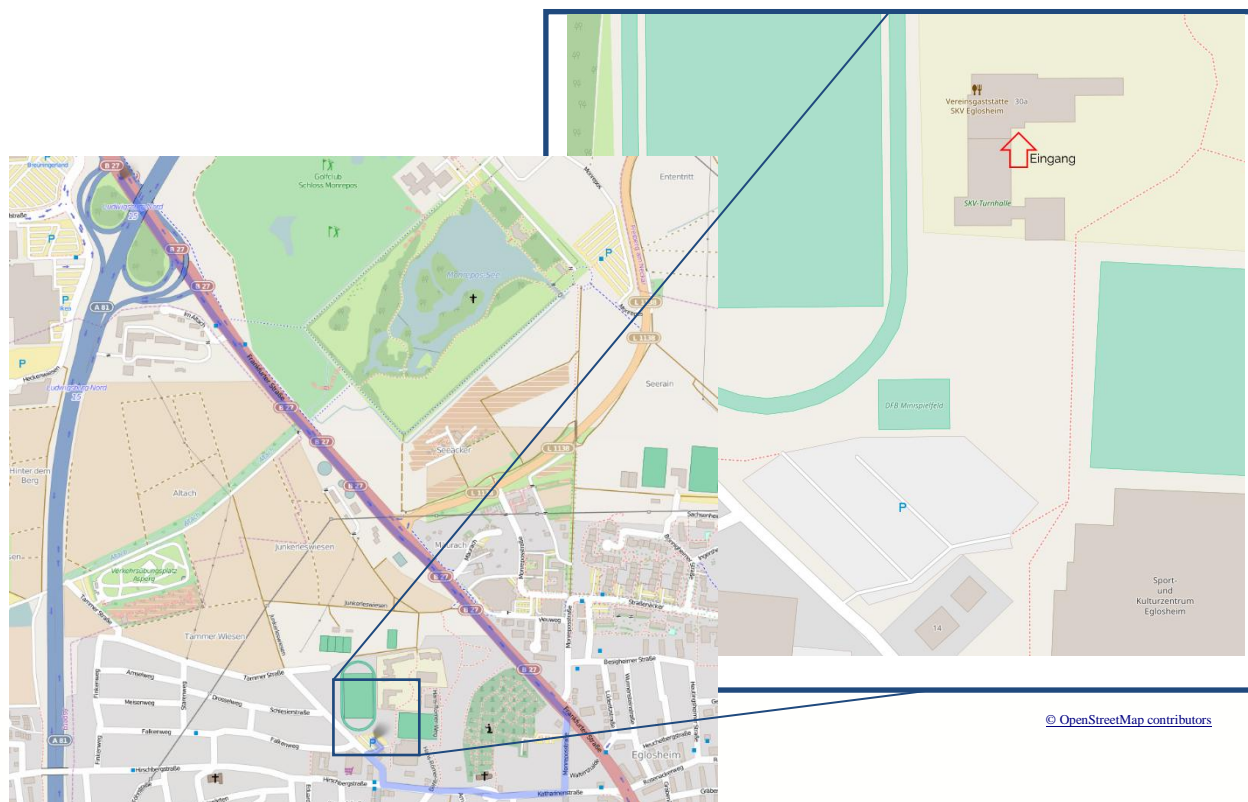
Anfahrtsbeschreibung

Adresse:

SKV Eglosheim
Tammer Str. 30
71634 Ludwigsburg

Anfahrtsbeschreibung

Von der A81 kommend die Autobahnausfahrt Ludwigsburg Nord nehmen. Rechts auf die B27 in Richtung Ludwigsburg abbiegen. Nach 1,7 Kilometer rechts auf die Monreposstraße und nach circa 180 Meter rechts auf die Katharinenstraße abbiegen. Dann gleich halbrechts auf die Hirschbergstraße fahren und im Anschluss rechts auf die Tammer Straße abbiegen. Dort gleich rechts der Beschilderung zu der Parkmöglichkeit vor dem Vereinsheim des SKV Eglosheim folgen.



© OpenStreetMap contributors

© OpenStreetMap contributors