

# Sport-Mental-Coaching

## PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



"Gewonnen wird im Kopf- verloren auch!"

Mentale Stärke ist trainierbar. Spitzensportler/innen wissen schon lange, dass die richtige Einstellung und regelmäßiges, mentales Training den Erfolg wahrscheinlicher macht. Ziel eines Sport-Mental-Coachings ist es, neue Möglichkeiten für Sportler/innen, Trainer/innen und Betreuer/innen zu entdecken, um ihre mentalen Kapazitäten voll auszuschöpfen. Mit den Erfahrungen des Sport-Mental-Coachings begleiten wir

seit vielen Jahren Hochleistungs-Sportler/innen im Bereich Triathlon, Tennis, Fußball, Eiskunstlauf, Biathlon, Segeln, Sportschießen, Schwimmen, Judo, Leichtathletik, Golf sowie die deutsche Kanu-Slalom-Nationalmannschaft.

Die 5 Stufen des Sport-Mental-Coachings:

1. Standortbestimmung
2. Ressourcenaktivierung (intuitive Bewegungsabläufe/ Modeling excellenter Fähigkeiten / Flowzustand)
3. Entspannung und Konzentration (mentale Techniken und Rituale)
4. Umgang mit Hindernissen und Blockaden, emotionale Schutzschilde
5. Ergebniskontrolle, Umsetzung ins tägliche Training

Die Sport-Mental-Coaching-Ausbildung richtet sich an:

- Athletinnen und Athleten
- Trainer/innen und Berater/innen
- Mannschaftsbetreuer/innen
- Ärzte/innen und andere medizinische Berufe
- Physiotherapeuten/innen und
- Menschen mit Freude am Begleiten und Entwickeln
- Betreuer/innen in der Jugendarbeit

**Dozent/in Armin Binz:** Jg. 1959. Staatl. gepr. Masseur und Bademeister. Shiatsu-Ausbildung am Europäischen Shiatsu-Institut, München. Fußreflexzonen-Therapie bei Hanne Marquart. HP-Ausbildung mit staatl. Prüfung 1995, HP-Praxis Augsburg. 3 Jahre NLP-Ausbildung in Augsburg. Practitioner/ Master/ Trainer/ Lehr-Trainer. Coaching-Ausbildung nach ECA. 1995eigenes NLP- und Coaching-Inst. in Augsburg "Tempelhof". Zusätzl. cert. Sport-Mental-Coach, Personality-Trainer, syst. Coach, Präsentationstrainer, Mediation, provokative Therapie, systemisches Aufstellen, gewaltfreie Kommunikation, Hypnotherapie. Praxis für Einzelcoaching bei Augsburg. Zusätzlich betreut Herr Binz als Sport-Mental-Coach Sportler/innen aus dem Bereich Tennis, Eiskunstlauf, Kanu-Slalom, Fußball, Turnen, Golf u.v.m.

Termine:

**Fr. 22.11.2024**

14:00-18:00 Uhr

**Sa. 23.11.2024**

**So. 24.11.2024**

jew. 09:00-17:00 Uhr

Preis:

**360,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Salmannsweilergasse 1  
78462 Konstanz  
Tel. 07531 - 91 41 61**

Seminarnummer:

**SSH77111024**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

