

# Mentaltraining im Reitsport

10. März 2019 9.30 – 18.00 Uhr

Sporthalle Bordelum

**Mentaltraining im Reitsport** Konzentration und Leistung auf den Punkt abrufen.

Fortbildungsseminar für Ausbilder und Interessierte. Ausbilder erhalten 10 UE .

10.03.2019 9.30-18.00 Uhr Sporthalle Bordelum

Anmeldung per Mail an [c.schmidt-ketelsen@atron-online.de](mailto:c.schmidt-ketelsen@atron-online.de) oder per PN über Facebook

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Eingangsdatum der verbindlichen Anmeldung unter Angabe der IBAN zum Abbuchen des Teilnehmerbeitrages entscheidet über die Teilnahmemöglichkeit.

Einige Tage vor dem Lehrgang findet ein Online Meeting aller Teilnehmer mit dem Referenten statt um Erwartungen und Ziele der Veranstaltung abzugleichen.

Es ist unbestritten, dass sportliche Spitzenleistungen nicht nur von körperlichen Faktoren abhängen. Vor allem, wenn es darum geht, eine antrainierte Leistung unter **Wettkampfbedingungen** abzurufen, sind es die **mentalen Fertigkeiten**, die über den Erfolg entscheiden. Und diese Fertigkeiten kann man trainieren.

Mit hoher Fachkompetenz werden Methoden und Techniken des Mentaltrainings vermittelt, die auf den wissenschaftlichen Erkenntnissen der modernen Sportwissenschaft und Trainingslehre beruhen. Dabei steht die **praktische Anwendbarkeit** der Lehrinhalte im täglichen Trainingsalltag im Vordergrund. Was Sie heute bei uns lernen, können Sie schon morgen in Ihr Training integrieren!

Teilnahmegebühr: 60,00€

Eine Beköstigung findet nicht statt. Getränke und Essen müssen selbst mitgebracht werden.



Mentaltraining für Sportler