

## Fortbildung: Mentale Blockaden im Sport lösen

Lehrgangsnummer: F0523  
Lerneinheiten: 8  
Träger: StadtSportbund Dresden e.V.  
Kosten: 100 € | Nicht-Sportvereinsmitglied  
60 € | Sportvereinsmitglied  
Anmeldeschluss: 30.06.2023, 12:00 Uhr  
Stornofrist: 23.06.2023

### Termin

01.07.2023, 09:00 - 16:00 Uhr

Ort: Erlweinturnhalle  
Bünaustraße 30a, 01159 Dresden

Hinweis: Neben den allgemeinen Geschäftsbedingungen und Datenschutzhinweisen im Rahmen des Bildungsportals, gelten die Teilnahmebedingungen zu Aus- und Fortbildungsveranstaltungen des StadtSportbund Dresden e.V.

### Inhaltliche Schwerpunkte

Strafstoß, Freiwurf, Aufschlag, Start... typische Situationen, in denen es auf einen einzelnen Moment ankommt. Sie sind perfekt für mentalen Blockaden im Kopf geeignet. Der typische Blackout. Man bekommt nichts mehr hin und gerät dadurch in eine Abwärtsspirale. Diese Fortbildung zeigt, wie man beim Sport mentale Blockaden im Kopf lösen kann.

### Hinweis

**Sie erhalten nach der Buchungsbestätigungsmail separat eine Einladung/ Rechnung mit detaillierten Informationen, rechtzeitig vor Lehrgangsbeginn, per Mail.**

Bei Fragen können Sie sich gern mit uns in Verbindung setzen.

### Veranstalter

StadtSportbund Dresden

**StadtSportBund Dresden e.V.**

*Dachverband von rund 355 Sportvereinen und Verbänden*

*Interessenvertreter von circa 127.221 organisierten Sportlern in der Landeshauptstadt Dresden*

Freiberger Straße 31

01067 Dresden

**Ansprechpartnerin: Frau Dr. Romy Ebersbach-Dietz**

Tel. +49 351 212 38 - 34

Fax +49 351 212 38 - 40

E-Mail [r.ebersbach-dietz@ssb-dresden.de](mailto:r.ebersbach-dietz@ssb-dresden.de)

Web [www.ssb-dresden.de](http://www.ssb-dresden.de)