Fortbildung "Mentales Training"

Lehrgangsnummer:	FBÜLC
Lerneinheiten:	10
Träger:	Kreissportbund Mittelsachsen e.V.
Kosten:	kostenfrei | Teilnahmegebühr
Anmeldeschluss:	26.10.2023, 09:30 Uhr
Stornofrist:	16.10.2023

Termin

29.10.2023, 09:00 - 17:00 Uhr

Ort:	Sportforum Pflaumenalle Am Sportforum, 09661 Hainichen
Referent:in:	Michael Sprenger

Inhaltliche Schwerpunkte

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Motivation der Sportler*innen zur regelmäßigen Teilnahme am Training
- Wo knüpfe ich nach der Pandemie mit meinem Training an?
- Leistungsabruf der Sportler*innen im Training
- Mentale Wettkampfvorbereitung
- Verarbeitung von Niederlagen und setzen neuer (Trainings-)Ziele

Hinweis

Diese Veranstaltung finden theoretisch und praktisch statt. Es wird Sportkleidung benötigt.
Es gelten die Teilnahmebedingungen des KSB Mittelsachsen e.V.
Teilnahmebedingungen und Durchführungsbestimmmungen - Kreissportbund Mittelsachsen (ksb-mittelsachsen.de)
Die Lehrgangsgebühr ist nach Zahlungsaufforderung durch den KSB vor Lehrgangsbeginn zu entrichten.
Es gelten folgende Stornobedingungen für ihre Lehrgangsanmeldung:
vom 29. – 15. Tag vor Lehrgangsbeginn: 50% der Lehrgangskosten
vom 14. – 1. Tag vor Lehrgangsbeginn: 80% der Lehrgangskosten
Ab Lehrgangsbeginn: 100% der Lehrgangskosten
Die Rechnungen werden an die angegebene Rechnungsadressen versandt. Bei keinen angaben erfolgt die Rechnung an den Teilnehmenden selbst.

Veranstalter

Kreissportbund Mittelsachsen
Karl-Kegel-Str. 75
09599 Freiberg
Tel. +49 . 3731 . 1633340
Fax +49 . 3731 . 1633349
kontakt@ksb-mittelsachsen.de
www.ksb-mittelsachsen.de