

Motivation
im Sport

09.-10.11.2024



... because
#wedoMIND

WORKSHOP: Motivation im Sport Mentaltraining für Sportler*innen & Trainer*innen

Lerne an 2 Tagen von Expertinnen:

- Warum Antrieb nicht nur eine Frage der Haltung ist!
- Warum Motivation individuell unterschiedlich organisiert und daher auch individuell gelöst werden muss!
- Was bedeutet Motivation neurobiologisch, was psychologisch?
- Warum werden wir im Sport leistungsschwächer bei Antriebslosigkeit?
- Wie können wir Konzentration als Ressource nutzen und in Motivation verwandeln?
- Warum Ziele und Entscheidungsfällung so wichtig sind und wie wir diese mit Hilfe von Gedanken, Gefühl und Intuition erreichen?
- Welche Techniken gibt es fürs Bewusstsein und welche fürs Unterbewusstsein?

Neugierig geworden?



Motivation
im Sport

09.-10.11.2024

Ort: Praxis Physioteam Mühlital / Darmstadt
Bhf. & Hotel im Ort

Dauer: Sa. & So. jeweils von 10 bis 17 Uhr

Vorkenntnisse: keine

Zielgruppe: Sportler*innen & Trainer*innen aller
Sportarten ab 16 Jahren

Referentinnen: Sportmentaltrainerin Alexandra Albert
(www.neuro-mental-training.de) und
Neurowissenschaftlerin Dr. Susanne
Droste (www.susannedroste.de)

Preis: 479 € (inkl. Buch „Mentaltraining für
Sportler“ der Referentinnen und
Zugang zur Lernplattform)

Infos & Anmeldung: a.albert@neuro-mental-training.de

Motivation
im Sport

09.-10.11.2024

