

## TAG DES SPORTMENTALTRAININGS

### Für:

Alle Trainer des organisierten Sports im Raum Berlin

### Inhalte:

- (1) **Vorstellung:** Deutscher Bundesverband für Sportmentaltraining e.V.
- (2) **Workshop:** Unterschiede: Mentaltraining vs. Coaching  
vs. Sportpsychologie vs. Psychotherapie
- (3) **Workshop:** Mentale Wettkampfvorbereitung:  
Wie bereite ich meine Sportler mental auf den Wettkampf vor, mit dem Ziel  
*"Abruf der persönlichen Bestleistung, wenn 's drauf ankommt"*
- (4) **Workshop:** Komme in den Flow, den Zustand höchster Konzentration
- (5) **Praxisbeispiele aus dem Profisport:**  
Mentaltraining zur Verbesserung der Leistungsentwicklung

### Referenten:

**Michael Draksal** - Vorstandsvorsitzender Deutsche Mentaltrainer-Akademie e.V. und  
Deutscher Bundesverband für Sportmentaltraining e.V.

**Andreas Paul** - Vorstandsmitglied Deutscher Bundesverband für Sportmentaltraining e.V.  
und Referent Deutsche Mentaltrainer Akademie e.V.

**Andreas Eberlein** – SEK-Ausbilder und Vorstandsmitglied Deutscher Bundesverband für  
Sportmentaltraining e.V.

### Termin:

05.12.2018, 18-21 Uhr

### Ort:

Sportforum Berlin, Weissenseer Weg 53, 12053 Berlin

### Preis:

29,00 EUR

### Anmerkung:

Alle Teilnehmer erhalten ein Teilnahmezertifikat von 4 LE der  
Deutschen Mentaltrainer-Akademie e.V. (DMA)

[Klicke hier, um zu weiteren Informationen und zur Anmeldung zu gelangen.](#)