

## Fortbildung



©PHOTOPLOHE

# SPORTPSYCHOLOGIE

*Verständlich und umsetzbar !*

Wiederholung vom 4.2.2017

**Datum** Samstag, 14. Oktober 2017

**Ort** ASKÖ BEWEGUNGSCENTER / Hölderlinstr.26, 4040 Linz / Urfahr

**Zeit** 9.00 - 15.00 Uhr

**Zielgruppe** Übungsleiter, Trainer, Lehrwarte, .... im Wettkampfsport

**Inhalte** **Im Rahmen dieser Fortbildung werden folgende Themen behandelt:**

- Wie kann ich meine Aktiven:
  - bei der Wettkampfvorbereitung / Trainings- und Wettkampfbelastung
  - bei sportpsychologischen Problemstellungen
  - kritischen Wettkampfsituationen und auch persönlichen Krisen
  - mit einfachen Methoden / Techniken unterstützen
- Trainer-Athlet Interaktion
- Entspannung, Aktivierung, Motivation, Konzentration

**Leitung** Mag<sup>a</sup> Anita Rackaseder / Landesgeschäftsführerin ASKÖ OÖ

**Referent** **Mag. Stefan Aigner**  
www.mental-stark.at



**Teilnehmerplätze** max. 16 (Gesamtplätze)

**Meldeschluss** 29. September 2017 / 12 Uhr

**Anmeldung** nur mit Onlineformular unter: [www.askoe-veranstaltung.at/anka-sport](http://www.askoe-veranstaltung.at/anka-sport)  
Für eine Teilnahme ist eine Anmeldung unbedingt notwendig

**Kosten** ASKÖ interne TeilnehmerInnen: 40€ je Person  
Mit „ASKÖ interne TeilnehmerInnen“ sind FunktionäreInnen, MitarbeiterInnen,... aus ASKÖ OÖ-Vereinen gemeint.

Externe TeilnehmerInnen: 60€ je Person

**Zahlung** **Nach bestätigter Anmeldung ist der Veranstaltungsbeitrag vorab zu überweisen – erst dann erfolgt die fixe und verbindliche Einbuchung in die Veranstaltung und eine Teilnahme ist möglich.**

**Teilnahmevoraussetzungen** Mindestens Übungsleiterausbildung eines Fachverbandes oder höher stehendere Ausbildung

**Stornoregelungen  
Teilnahmebedingungen** [www.askoebildung-oö.at](http://www.askoebildung-oö.at) ➔ AGBs (Allgemeine Geschäftsbedingungen)  
Gelten auch für Veranstaltungen im SPORT-Aus-und Fortbildungsbereich