

 Psychotherapie

Sport-Mental-Coach

„Gewonnen wird im Kopf – verloren auch!“

Mentale Stärke ist trainierbar. SpitzensportlerInnen wissen schon lange, dass die richtige Einstellung und regelmäßiges, mentales Training den Erfolg wahrscheinlich-er macht.

Ziel eines Sport-Mental-Coachings ist es, neue Möglichkeiten für Sportler/innen, Trainer/innen und Betreuer/innen zu entdecken, um ihre mentalen Kapazitäten voll auszuschöpfen.

Mit den Erfahrungen des Sport-Mental-Coachings begleiten wir seit vielen Jahren Hochleistungs-Sportler/innen im Bereich Triathlon, Tennis, Fußball, Eiskunstlauf, Biathlon, Segeln, Sportschießen, Schwimmen, Judo, Leichtathletik, Golf sowie die deutsche Kanu-Slalom-Nationalmannschaft.

Die 5 Stufen des Sport-Mental-Coachings:

1. Standortbestimmung
2. Ressourcenaktivierung (intuitive Bewegungsabläufe/ Modeling excellenter Fähigkeiten / Flowzustand)
3. Entspannung und Konzentration (mentale Techniken und Rituale)
4. Umgang mit Hindernissen und Blockaden, emotionale Schutzschilde
5. Ergebniskontrolle, Umsetzung ins tägliche Training

Die Sport-Mental-Coaching-Ausbildung richtet sich an:

- Athleten/innen
- Trainer/innen und Berater/innen
- Mannschaftsbetreuer/innen
- Ärzte/innen und andere medizinische Berufe
- Physiotherapeuten/innen, manuelle Therapeuten/innen
- Coaches
- psych. Berater/innen
- Betreuer/innen in der Jugendarbeit

Termine

Do, 11.06.2026
09:00-16:00 Uhr

Do, 18.06.2026
09:00-16:00 Uhr

[und 1 mehr](#)

Preis

395,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Chemnitz
Am Rathaus 4
09111 Chemnitz
Tel. 0371-51 79 81

Seminarnummer

SSA09110626

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 01.05.2026

Dozent

Dozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.