

Waltrop, den 12.11.2018

Ausschreibung zum Fortbildungslehrgang für Lizenztrainer (DRIV - Sparte Rollkunstlauf)

Thema: Sportpsychologie und Mentaltraining

- Veranstalter:** Deutscher Rollsport- und Inline Verband e.V. (DRIV)
- Leitung:** Patricia Schmitz, Mitglied der SK Rollkunstlauf im DRIV
Cornelia Greb-Bork, Vorsitzende SK Rollkunstlauf im DRIV
- Tagungsort:** LLZ Darmstadt, Kranichsteiner Str.86, 64289 Darmstadt
- Beginn / Ende:** 01.12.2018, 10.00 Uhr bis 02.12.2018, ca. 16.00 Uhr
- Zulassung:** Trainer der Lizenzstufen A bis C (Leistungssport) sowie C (Breitensport) des DRIV, Sparte Rollkunstlauf
- Gebühr:** 75,00 € / Teilnehmer (bar in Darmstadt zu entrichten)
Bei einer Nichtteilnahme müssen die 75,00 € dennoch entrichtet werden.
- Thematische Inhalte:** Block I: Sportpsychologie
Block II: Mentaltraining
Der Lehrgang erfüllt die Bedingungen zur Lizenzverlängerung.
- Referent/in:** Vanessa Wergin (Sportpsychologie)
Matthias Werner (Mentaltraining)
- Anmeldefrist:** bis einschließlich zum 23.11.2018 (verlängert!)

Die **Anmeldungen** erfolgen bitte über das **beigefügte Formblatt** per Mail an:

patriciastolzenberg@web.de

Übernachtungsmöglichkeiten: Der DRIV hat einen Kooperationsvertrag mit dem H+ Hotel Darmstadt, Eschollbrücker Straße 16, 64295 Darmstadt (EZ 67,00 €; DZ 77,00€)
Zimmerwünsche bitte bei melanie.driesslein@t-online.de bis zum 23.11.2018 angeben.

Für Rückfragen stehe ich Euch gerne zur Verfügung.

Mit sportlichen Grüßen,



Patricia Schmitz

Mitglied im



Offizielle Sponsoren des DRIV



Zeitplanentwurf*

Samstag, der 01.12.2018

- 10:00-10:30 Uhr Begrüßung, Vorstellung, Formalitäten
(Patricia Schmitz)
- 10:30-13:30 Uhr Grundlagen und praktische Anwendung der Sportpsychologie
(Vanessa Wergin)
- 14:15-ca. 19:30 Uhr Mentaltraining**:
 - Stress – woher kommt das und wie kann ich es als Trainer nutzen?
 - Training und Wettkampf – Zwei Namen für ein und dasselbe
 - „Erste-Hilfe“ für den Kopf(Matthias Werner)

Sonntag, der 02.12.2018

- 9:00-ca. 15:00 Uhr Fortsetzung Mentaltraining**:
 - Der Umgang mit Zielen
 - Die Sprache öffnet den Kopf
 - Einige Übungen für den Athleten(Matthias Werner)
- ca. 15:00- ca. 16:00 Uhr Feedback, Abschluss
(Patricia Schmitz)

*Änderungen vorbehalten!

**Die zeitliche Aufteilung der Inhalte erfolgt durch Herrn Werner und den Verlauf der Fortbildung.