



im Auftrag des SV NRW

Karin Ackmann

St. Vither-Str.31
52066 Aachen

Fon: 0241/4450255
E-Mail: ka@atempi.de

Internet: www.schwimmbezirk-aachen.de

11.03.2019

Fortbildung Trainer C Lizenz Schwimmen Schwimmbezirk Aachen

Lehrgangsnummer: BEZ-2019-09-AC

Termin: Sonntag, 15.09.2019 von 09:30 Uhr - 17:00 Uhr (8 UE)

Ort: Schwimmsportschule Übach Palenberg, Carlstr. 8. 52531 Übach Palenberg

Anmeldeschluss: Mittwoch, 04.09.2019

Thema :

- „Mit Köpfchen schwimmen“ – Sportpsychologisches Arbeiten mit Schwimmern im Trainingsbetrieb

Mit Köpfchen schwimmen - Sportpsychologisches Arbeiten mit Schwimmern im Trainingsbetrieb.

Sportpsychologisches Training und Coaching sind in aller Munde. Bei den US amerikanischen Spitzensportlern gehören sportpsychologische Einheiten genauso in den Trainingsplan wie die täglichen Schwimm- und Athletikeinheiten. Im deutschen Fußball wird bereits mit den jüngsten Nachwuchstalenten mental gearbeitet.

Diese Fortbildung vermittelt neben den theoretischen, biopsychologischen Grundlagen vor allem praktische Elemente des sportpsychologischen Trainings und Coaching. Welchen Mehrwert kann die Sportpsychologie in unserem Trainingsalltag bringen? Welche Teilbereiche werden in der Sportpsychologie unterschieden und wie kann man solche Elemente in den Trainingsalltag einbauen? Wie kann man ein Mentaltraining gestalten und in das Training integrieren? Welchen Mehrwert bringt ein sportpsychologisches Coaching für meinen Schwimmer?

Anerkennung Fortbildungsstunden:

Die obengenannte Fortbildung wird mit 8 UE zur Verlängerung der C Lizenz Schwimmen anerkannt.

Lehrgangsgebühren:

Die Lehrgangsgebühr beträgt für Teilnehmer aus dem Schwimmbezirk Aachen 25,00€. Für alle anderen Teilnehmer liegt die Gebühr bei 35,00€.

In der Lehrgangsgebühr ist ein Mittagessen am Fortbildungstag enthalten.

Die Lehrgangsgebühr wird am Mittwoch, den 11.09.2019 eingezogen!

Anmeldung:

Das Anmeldeformular kann von der [Homepage](#) des Schwimmbezirks Aachen herunter geladen werden. Die Anmeldung ist vollständig ausgefüllt inklusive aller erforderlichen Unterlagen per Post oder Email an folgende Adresse zu senden:

Karin Ackmann, St. Vither-Str.31, 52066 Aachen

E-Mail: ka@atempi.de

Erforderliche Unterlagen:

- Vollständig ausgefülltes Anmeldeformular des Schwimmbezirks Aachen
- SEPA-Lastschriftmandat zum Einzug der Lehrgangsgebühr, sofern nicht bei der Kassenwartin des Schwimmbezirks Aachen vorhanden.
- Erklärung zum Gesundheitszustand

Unvollständige Anmeldungen werden nicht berücksichtigt. Die Einladung zum Lehrgang mit weiteren Informationen und einem detaillierten Zeitplan erfolgt ausschließlich per Email an die im Anmeldeformular eingetragene Email Adresse.

Aachen, den 22.03..2019

Karin Ackmann
Schwimmbezirk Aachen