



## HTTV LEHRAUSSCHUSS

### FORTBILDUNGSANGEBOT

#### MENTALE STÄRKE UND KÖRPERSPRACHE ONLINE-SEMINAR MIT SELBSTARBEIT - KURS-NR. 447

#### TERMIN

Donnerstag, 12. September

16:30 h – 21:00 h

**16 Lerneinheiten**

C- und B-Lizenzinhaber

#### THEMA

##### Mentale Stärke und Körpersprache – Mit Mutbildern und Mutsätzen zu mehr Erfolg

##### Inhalte

- Grundlagen der Mentalen Stärke
- Methoden am und abseits des Tisches: Mentale Stärke trainieren
- Kreativität und Mentale Stärke
- Grundlagen: Körpersprache
- Das Zusammenspiel von Körper und Psyche
- Praxisprojekt: Das Online-Tool des ZRM einsetzen

##### Voraussetzungen

Das Online-Tool des Zürcher Ressourcen Modell innerhalb von vier Wochen nach dem Online-Seminar bei einem Spieler/einer Spielerin ihrer Trainingsgruppe einsetzen und darüber einen kurzen Reflexions-Bericht schreiben können.

##### Zeitplan (LE)

1. Online-Seminar am Donnerstag, 12.09.2024 16:30-21.00 (6 LE)
2. Eigenarbeitsphase (freie Zeiteinteilung): 13.09. – 11.10.2024 (10 LE)

#### KOSTEN

HTTV-Mitglieder

**60,00 Euro**

Nicht-HTTV-Mitglieder (anderer Landesverband)

**100,00 Euro**

#### ANMELDUNG

Über die Geschäftsstelle bis spätestens:

**30. August 2024**

Maximale Teilnehmerzahl:

**20**

#### REFERENT



##### Name

Dirk Lion

35 Jahre alt

B-Lizenztrainer

M.A. Kompetenzentwicklung/M.A. Systemische Beratung

Selbständiger Consultant

Privatcoach und Manager von Europameister Dang Qiu

#### INFORMATIONEN

Weitere Informationen und Anmeldungen über die Geschäftsstelle.  
Die Abrechnung erfolgt seitens der Geschäftsstelle über den Verein.