



### ***Trainerfortbildung: Konzentration & Aufmerksamkeitslenkung (Mentaltraining in der Praxis)***

Die Konzentrationsfähigkeit ist im Schießsport ein wichtiger Faktor, den man sehr gut trainieren kann. Während der Fortbildung lernen wir Methoden für das systematische Konzentrationstraining kennen, probieren diese selbst aus und erarbeiten Wege diese in das Training zu integrieren. Darüber hinaus werden Möglichkeiten gezeigt die Konzentration im Alltag zu trainieren. Außerdem beschäftigen wir uns mit der Aufmerksamkeitslenkung, d.h. wann muss ich mich überhaupt worauf konzentrieren?

#### **Zielgruppe**

Trainer/-innen C Breiten- und Leistungssport, aktive Übungsleiter/-innen im Verein  
Der Lehrgang wird mit 8 LE als lizenzverlängernde Maßnahme für Trainer/-innen C anerkannt.

#### **Veranstalter**

Südbadischer Sportschützenverband e.V. (SBSV)

#### **Termin**

13.04.2019 (Samstag), 09:00 – 17:00 Uhr

#### **Ort**

Schützenhaus SG Freiburg, Waldseestrasse 86, 79117 Freiburg im Breisgau

#### **Referent**

Richard Schröder,  
Trainer B Gewehr (DOSB) und Mentaltrainer B (Deutsche Mentaltrainerakademie e.V.)

#### **Teilnehmerzahl**

max. 15

#### **Kosten**

80€ inkl. Mittagessen

#### **Anmeldung**

##### **Meldeschluss ist der 10. März 2019**

Die Anmeldung erfolgt per Email an [info@sbsv.de](mailto:info@sbsv.de) mit nachfolgendem Formular. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Die Lehrgangsgebühr wird den Teilnehmern nach Eingang der Anmeldung vom SBSV in Rechnung gestellt und kann nicht erstattet werden. Die zugelassenen Teilnehmer werden nach Meldeschluß per E-Mail von SBSV eingeladen.

Gez.

**Philippe LYET**,  
Vizepräsident Aus- und Fortbildungen SBSV

Baden-Baden, 2. Januar 2019