

# SPORTPSYCHOLOGIE

Die Bedeutung der mentalen Stärke für den sportlichen Erfolg ist heute unbestritten. Dennoch wissen nur wenige Sportler, wie sie diese konkret trainieren können, um im entscheidenden Moment, also im Wettkampf, die Leistung erbringen zu können, zu der sie wirklich fähig sind.

Die sportpsychologische Beratung und Behandlung ermöglicht es Sportlern, oft gemeinsam mit Trainern, Eltern oder Mannschaftsmitgliedern, Schritt für Schritt Zugang zu mentaler Stärke und schließlich zu optimaler Leistungsentfaltung zu erlangen.

## Unser Angebot:

Sportpsychologische Einzel- und Mannschaftsberatung und  
Betreuung  
Mentales Training  
Diagnostik  
Reaktions- und Konzentrationstraining  
Psychoregulation  
Wettkampfvorbereitung  
Motivationstraining  
Biofeedback  
Trainerfortbildung  
Vorträge

Einen Sieg,  
den man sich nicht vorstellen kann,  
wird man auch dann,  
wenn die körperlichen Fähigkeiten dazu ausreichen,  
nicht erringen.