



## Ganzheitlicher Sport-Coach für Trainer

- ✚ Die Ausbildung richtet sich an Trainer, oder selber an der Spitze vom Erfolg standen, die ihr Team zum Erfolgsteam krönen, und ihren Erfahrungs-Schatz anwenden und dabei erfolgreich sein wollen.

**Ausbildungsdauer:** 4 Semester

**Weekend Ausbildung:** ein Mal pro Monat Samstag / Sonntag 9.30 – 17.00 Uhr

oder

**Wochentags Ausbildung:** ein Mal pro Monat Montag / Dienstag 8.15 – 15.30 Uhr

oder

**Block Ausbildung** vier Wochen im Jahr Montag – Freitag 8.30 – 16.00 Uhr

**Ausbildungsort:** Fläsch und Umgebung

**Anzahl Teilnehmer:** 8--10 Teilnehmer

**Aktueller Ausbildungsstart:** Oktober oder April

- Zielpublikum:**
- Trainer aller Sportarten
  - Trainer in Ausbildung
  - Ehemalige Trainer
- Lernziele:**
- Trainer mit ganzheitlichem Werkzeug
  - Einzelathleten coachen
  - Team coachen
  - Ganzheitlicher Coach auf selbständiger Basis
- Lehrgangsinhalt:**
- Fokus auf die Ziele jedes Einzelnen legen
  - Team zusammenführen, stärken und erfolgreich machen (einer für alle und alle für einen)
  - Potenzial der einzelnen Athleten erkennen und fördern
  - Teamziele erarbeiten
  - Stärken jedes Athleten stärken
  - Schwächen als stärken kennenlernen
  - Verschiedene Sportarten im Training aktivieren
  - Positionen ändern
  - Aufgaben vertauschen
  - Gewohnheiten durchbrechen
  - Jeden Athleten mal Trainer sein lassen
  - Persönliche Gespräche führen
  - Teamarbeiten
  - Die Athleten, die sich gerne unauffällig verziehen, in den Vordergrund holen
  - Mutproben
  - Event Organisieren
  - Den Weg bis zur Spitze des jeweiligen Sports erarbeiten
  - Vorbilder finden
  - Athleten ganzheitlich betreuen und coachen können
  - Leistungsoptimierung einbringen
- Eigene Klienten mitbringen:** Ich empfehle allen Teilnehmern, dass bereits zu Beginn geklärt wird, ob und wie eure Arbeit mit dem eigenen Klient bezahlt werden soll.
- Lernaufwand:** Minimum 3 Stunden pro Woche sind für Lernaufwand einzuplanen. Zudem soll das Gelernte einmal pro Woche mit dem eigenen Klient angewendet werden. Der Coaching-Prozess soll in einem schriftlichen Bericht festgehalten und dokumentiert werden.
- Abschlussarbeit:** Jeder Teilnehmer schreibt seine Prozessarbeit und den Prozessverlauf von sich und seinen eigenen Klienten. Diese werden mir 2 Monate nach Abschluss abgegeben! Ergänzend dazu plane ich die praktische Abschluss-Arbeit mit einem von mir ausgesuchten Klienten und  dessen Team.