

Als ich im September 2015 das erste Mal gehört habe dass Rita Sutter Lehrgänge anbietet, hatte ich keine Ahnung was das genau ist und so besuchte ich mal einen Infoabend. Besonders interessiert haben mich dann die Lehrgänge Lern-Ausbildungscoach und ganzheitlicher Sportcoach.

Ganzheitlicher Sportcoach weil: Sport begleitet mich schon das ganze Leben. Ich war viele Jahre selber aktive Sportlerin. Seit einigen Jahren bin ich nun als Trainerin tätig im Eishockey.

Mit Athleten zu Arbeiten und deren Leistungen zu optimieren, das potential des Athleten erkennen können, hörte sich sehr spannend an.

Lern- und Ausbildungscoach weil: Immer wieder hörte in meinem Umfeld dem Eishockey, dass es schwierig ist Sport und Schule/Ausbildung unter einen Hut zu bringen. Am ende dann oft der Sport aufgegeben werden musste, da die Schule/Ausbildung Vorrang hat.

Mit diesen Schülern/Studenten zusammen eine Lernplan ausarbeiten, Lernschwierigkeiten erkennen und optimieren fand ich ebenso sehr interessant.

Da ich mich beruflich sowieso verändern wollte, habe ich mich dann für einen Lehrgang angemeldet, ohne zu wissen, in welche Richtung es für mich geht. (Seit meiner Lehre als Kauffrau habe ich 10 Jahre im kaufmännischen Bereich gearbeitet. Es war also Zeit für eine Veränderung.)

Von Beginn an konnten wir Rita bei ihrer Arbeit mit Klienten beobachten und auch mitwirken und haben so in die verschiedenen Lehrgänge einen Einblick erhalten.

Das Coaching mit einer Nachwuchsathletin aus dem Skisport war für mich dann aber ausschlaggebend, dass ich mich ende erstes Semester für den ganzheitlichen Sportcoach entschieden habe. Ich fühle mich nach wie vor sehr stark mit dem Sport verbunden und dort liegen auch meine Stärken.

Im Lehrgang befassen wir uns aber auch mit uns selber, persönliche Ziele/Wünsche erreichen, die eigenen Stärken erkennen, Schwächen zu Stärken machen...

Selber zu erleben und erfahren was bei einem Coaching passiert, ist unglaublich lehrreich.

Rita hat ein sehr grosses Wissen und hat auf jede Frage eine Antwort

:) Das theoretische und praktische Wissen von Rita welches sie uns weiter vermittelt, kann sogleich an Klienten angewendet werden und man sieht so direkt was es bei einem Klienten bewirken kann.

Für mich ist dieser Lehrgang zum ganzheitlichen Sportcoach das absolut richtige. Ich freue mich sehr noch 3 Semester bei und von Rita zu lernen.