



Ganzheitlicher Sport-Coach

- Die Ausbildung richtet sich an sportinteressierte, selber an der Spitze vom Erfolg standen, aber auch an Eltern, die den Ehrgeiz und ihren Erfahrungs-Schatz anwenden und dabei erfolgreich sein wollen.

Ausbildungsdauer: 4 Semester

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

oder

Weekend Ausbildung: ein Mal pro Monat Samstag / Sonntag 9.30 – 17.00 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:**
- Profisportler / -athleten
 - Ehemalige Profisportler / -athleten
 - Sportinteressierte
 - Fitnessinstruktoren
- Lernziele:**
- Während dem Lehrgang Einzelcoaching selbständig führen
 - Eigene Klienten und entsprechende Themen coachen
 - In allen Sportarten jegliche Themen zum Erfolg coachen können
 - Sich ein selbständiges Business aufbauen können

- Lehrgangsinhalt:**
- Realistische Ziele erarbeiten und erreichen
 - Plan zur Umsetzung erarbeiten (weniger ist mehr)
 - Mentale Möglichkeiten realisieren
 - Teamarbeiten
 - Verborgenes Potential erkennen
 - Optimal platzieren
 - lernen Egoistisch zu sein
 - Erfolg leben lernen
 - Nummer 1 sein wollen
 - Ellbogen ausfahren
 - am Abend wird abgerechnet
 - Wettkampf von A-Z durchziehen
 - Teamfähig auch als Einzelsportler
 - im Teamsport ein Einzelkämpfer werden
 - 100 % geben
 - Mut haben Erfolgreich zu sein
 - Neue Wege zu gehen
 - Gegen den Strom zu schwimmen
 - Ruhephasen
 - Ernährung
 - Rehabilitation Planen
 - Trainingsplanung
 - erneute Zielplanung
 - Misserfolge verarbeiten
 - Misserfolge lernen zu deuten
 - aus Negativem Positives erkennen

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.

Absenzen:

Kann ein Termin des Lehrgangs aus Gründen von Ferien oder Krankheit nicht eingehalten werden, muss dieser nachgeholt werden. Ev. in einer anderen Gruppe oder in einem anderen Ausbildungsjahr.

**Teilnahmebescheinigung /
Abschluss / Zertifikat:**

Die Teilnehmer erhalten nach Kursabschluss, sofern alle Kurseinheiten besucht und die Abschlussarbeiten erledigt wurden, eine von mir ausgestellte Teilnahmebescheinigung und den Eintrag in den Bildungspass.

