

# Fortbildungsveranstaltung im Vienna Cricket Club



## **MENTALE SKILLS**

### **TENNIS MENTALVORTRAG**

**Termin: Freitag, 1. März 2019 um 18.30 Uhr**

**Ort: Vienna Cricket Kantine, Meiereistraße 18, 1020 Wien**

*Kosten: 12€ Mitglieder / 15€ Nichtmitglieder*

*Wegen Buffetpächterwechsel keine Speisen – aber Getränke verfügbar!*

#### **Inhalt:**

Im Tennis ist immer wieder zu beobachten, dass Spieler in Wettkampfsituationen in Stress geraten, weil ihnen wichtige mentale Kompetenzen zur Bewältigung der vielfältigen Matchanforderungen fehlen. In diesem Vortrag wird den Teilnehmerinnen und Teilnehmern vermittelt, welchen Einfluss die Psyche auf die sportliche Leistung hat und wie man mentale Kompetenzen zur Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit im Tennis entwickeln kann.

#### **Referent:**

Martin Pauer

Lehrreferent für den ÖTV und die Bundessportakademie Wien

Staatlich geprüfter Tennistrainer und ÖTV Lizenz Coach

Sportpsychologischer Berater und Mentalcoach

**Um unverbindliche Voranmeldung per Telefon bei Christian Annerl (0650 5166 604) wird bis Mi. 27.2. 2019 gebeten!**