

## Einsatz von Mentalem Training beim Tauchen



---

Zielgruppe:	Interessierte Taucher und Ausbilder		
Ausrichter:	Tauchclub Octopus Rosenheim e.V.		
Datum:	30.11.2024	09:30	17:00
	01.12.2024	09:30	17:00
Seminarort:	30.11.2024	Thansau, Clubheim des TCO	Theorie und Praxis
Kursgebühr:	BLTV/VDST:	95,00 €	
Anmeldung an:	Lothar Becker Thalacker 5a 8304 Bad Aibling Tel: 08061/495743 EMail lothar.becker@vdst.de		
Kursziel/-Inhalt:	Der Kursteilnehmer soll selbständig erlernte Fähigkeiten durch Mentales Training vertiefen können - Unfallursachen, Stress und Stressbewältigung - Theoretische Grundlagen zum Mentalen Training - Körperliche und geistige Vorbereitung von mentalen Übungen - Durchführung einfacher mentaler Übungen - Durchführung mentaler Übungen im Sporttauchen - Durchführung mentaler Übungen im technischen Tauchen (parallel)		
Voraussetzung:	DTSA* oder höher		
Leistungen:	Kursteilnahme, 2 x Mittagessen, Tagungsgetränke, Handout auf USB Stick		
Mitzubringen:	Mitzubringen sind: - Taucherpass, Logbuch, Schreibzeug, Taschenrechner (evtl. Notebook)		
Fortbildungsstunden:	6 Fortbildungsstunden		
Teilnehmer:	mindestens: 5 maximal: 12		
Datenschutz	Unsere Datenschutzerklärung findest Du hier: <a href="https://tco-ro.de/25.html">https://tco-ro.de/25.html</a>		
Anmeldeschluss:	15.11.2024		