



## Einsatz von Mentalem Training beim Tauchen

Zielgruppe:	Interessierte Taucher und Ausbilder		
Ausrichter:	Tauchclub Octopus Rosenheim e.V.		
Datum:	05.12.2026	09:30	17:00
	06.12.2026	09:30	17:00
Seminarort:	05.12.2026	Thansau, Clubheim des TCO	Theorie und Praxis
Kursgebühr:	TCO:	60,00 €	
	VDST-Nichtmitgli	110,00 €	
	BLTV/VDST:	95,00 €	
Anmeldung an:	Lothar Becker Thalacker 5a 83043 Bad Aibling Tel: 08061/495743 EMail lothar.becker@vdst.de		
Kursziel/-Inhalt:	<p>Der Kursteilnehmer soll selbständig erlernte Fähigkeiten durch Mentales Training vertiefen können</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Unfallursachen, Stress und Stressbewältigung</li><li>- Theoretische Grundlagen zum Mentalen Training</li><li>- Körperliche und geistige Vorbereitung von mentalen Übungen</li><li>- Durchführung einfacher mentaler Übungen</li><li>- Durchführung mentaler Übungen im Sporttauchen</li><li>- Durchführung mentaler Übungen im technischen Tauchen (parallel)</li></ul>		
Voraussetzung:	DTSA* oder höher		
Leistungen:	<p>Kursteilnahme, 2 x Mittagessen, Tagungsgetränke, Handout auf USB Stick</p> <p>Die Kursgebühr bitte auf das Konto des TCO überweisen: IBAN: DE08 7115 0000 0240 0097 79 - Spk Ro Aib</p>		
Mitzubringen:	<p>Mitzubringen sind:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Taucherpass, Logbuch, Schreibzeug, Taschenrechner (evtl. Notebook)</li></ul>		
Fortbildungsstunden:	6 Fortbildungsstu		
Teilnehmer:	mindestens: 5 maximal: 12		
Datenschutz	Unsere Datenschutzerklärung findest Du hier: <a href="https://tco-ro.de/datenschutz/">https://tco-ro.de/datenschutz/</a>		
Anmeldeschluss:	20.11.2026		