

## 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:	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 Die Kursgebühr bitte auf das Konto des TCO überweisen: IBAN: DE08 7115 0000 0240 0097 79 - Spk Ro Aib		
Mitzubringen:	Mitzubringen sind: - Taucherpass, Logbuch, Schreibzeug, Taschenrechner (evtl. Notebook)		
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		