



Starte Deinen Weg zum Mentalcoach

Basismodul

Stell dir vor, du könntest die mentale Stärke deiner Athleten, Mitarbeiter oder Kunden bewusst fördern und stabile, greifbare Erfolge erzielen.

Klingt gut?

Dann ist das Basismodul unser gemeinsamer Startpunkt!

Hier bekommst du das Wissen und die praktischen Fähigkeiten, um als Mentalcoach die nächsten Schritte zu gehen.

Unsere Ausbildung ist für alle, die Performance
– sei es beruflich, sportlich oder persönlich –
auf ein neues Niveau heben möchten. Mit praxisnahen Übungen, spannenden
Einblicken in die Arbeit mit Profi-Athleten und Teams sowie einem
direkten Austausch mit unseren erfahrenen Referenten legen wir die
Grundlage für deine Coaching-Kompetenz.



Was erwartet Dich?

Im Basismodul kombinieren wir Theorie mit direkter Anwendung, sodass du von Anfang an ins Tun kommst.

Theoretische Inhalte – Das Wissen für Dein Coaching:

- Einführung in die PSI-Theorie und den ViQ-Persönlichkeitstest – ein wissenschaftlich fundierter Ansatz für typengerechtes Coaching.
- Die Verbindung von Emotion und Motivation – nutze die Kraft der Gefühle gezielt für Veränderung.
- Gesprächsführung „Emotionen erkennen“ – lerne, wie du Emotionen verstehst und effektiv darauf eingehst.
- Selbstreflexion – analysiere deine eigene Persönlichkeit und finde heraus, was dich in deinem Coaching stärkt.

Praktische Inhalte – Skills, die Du direkt einsetzen kannst:

- Entspannungstechniken für stressige Situationen – für mehr Klarheit und Fokussierung.
- Effiziente Regulationsmechanismen – um mit Herausforderungen besser umzugehen.
- Visualisierung und Fokussierung – mentale Werkzeuge, die Ziele greifbar machen.
- Routinen und Rituale – schaffe Struktur, die Erfolg leichter macht.
- Dynamik im Team – wie du unterschiedliche Typen ansprichst und motivierst.

Das Beste daran? Du bekommst nicht nur Tools vermittelt, sondern probierst sie direkt aus – so kannst du dich sofort von ihrer Wirkung überzeugen.

Deine Vorteile auf einen Blick

Individuelle Betreuung:

Ein persönlicher ViQ-Test und ein einstündiges Auswertungsgespräch im Vorwege mit einem unserer erfahrenen Referenten geben dir wertvolle Einblicke in deine persönlichen Stärken.

Direkt anwendbares Wissen:

Du lernst nicht nur Theorie, sondern übst praktische Techniken, die du sofort umsetzen kannst – sowohl für dich als auch für deine Klienten.

Gemeinschaftliches Lernen:

Austausch mit den anderen Teilnehmenden und erfahrenen Referenten, die ihr fundiertes Wissen aus der Arbeit mit Profi-Athleten und Teams mit dir teilen.

Angenehme Lernatmosphäre:

Verpflegung ist ein weiterer Pluspunkt – wir sorgen dafür, dass du die Tage bei uns in bester Energie verbringst.



Details zur Organisation

Termine: 25. bis 27. April 2025

Freitag	13.00 bis 20.30 Uhr
Samstag	10.00 bis 18.00 Uhr
Sonntag	9.30 bis 15.30 Uhr

Umfang Über 20 Stunden praxisorientierte Weiterbildung

Preis 1.290 Euro (zzgl. MwSt.)

Deine Referenten

Profitiere vom Wissen zweier Diplom-Psychologen mit umfassender Praxiserfahrung im Coaching-Bereich:

Dr. Christian Spreckels – u.a. ehemaliger Mentaltrainer vom Hamburger SV und FC St. Pauli

Stefan Westbrook – u.a. Mentaltrainer vom 3-fachen Ironman Weltmeister Patrick Lange



Ort:

deepvelop –
Institut für Sport und Psychologie
Bernstorffstraße 174, 2. OG, 22767 Hamburg

Für Fragen stehen wir dir gerne zur Verfügung – melde dich einfach unter info@deepvelop.de oder buche direkt einen unverbindlichen video-call: <https://calendly.com/westbrock/20min>

-

Warum warten?

Du legst nicht nur die Basis für eine neue berufliche Perspektive, sondern machst auch einen großen Schritt für deine persönliche Weiterentwicklung. Starte jetzt und werde Teil eines inspirierenden Kurses, der dich sowohl fachlich als auch persönlich wachsen lässt.

Melde dich an und starte deinen Weg als Mentalcoach, um die mentale Stärke von dir und deinen zukünftigen Klienten zu entfalten!