



Institut
für Sport & Psychologie

Dein Weg zum zertifizierten Mentalcoach für Sport und Beruf

Du willst Menschen helfen, ihr volles Potenzial zu entfalten – sei es im Sport oder im Beruf? Unsere Ausbildung gibt dir alle Werkzeuge, um gezielt mentale Stärken zu fördern, emotionale Blockaden zu lösen und nachhaltige Entwicklung zu ermöglichen.

Praxisorientiert, wissenschaftlich fundiert und mit persönlicher Begleitung – das ist dein Start in eine neue berufliche Perspektive.



Basismodul – Dein Einstieg in die Welt des Mentalcoachings

Hier beginnt deine Reise. Im Basismodul lernst du die Grundlagen, auf denen du dein Coaching fundieren kannst – von typengerechtem Training bis zum Umgang mit der einzigartigen Persönlichkeit jedes Klienten.

Datum 21. bis 23. November 2025

Freitag 13.00 bis 20.30 Uhr

Samstag 10.00 bis 18.00 Uhr

Sonntag 9.30 bis 15.30 Uhr

Einzelpreis 1290,00 Euro inkl. ViQ-Persönlichkeitstest und persönlichem Auswertungsgespräch vorab)

Das erwartet dich

- Einführung in die PSI-Theorie und den ViQ-Persönlichkeitstest – beides hochwirksame Tools für die Arbeit mit individuellen Mentalstrategien
- Grundlagen eines effektiv auf den Klienten zugeschnittenen, typengerechten Coachings
- Nach Abschluss des Basismoduls bist du perfekt vorbereitet, um mit den vertiefenden Modulen durchzustarten!

Vertiefungsmodule – Mehr Wissen, mehr Praxis, mehr Wirkung

Die Vertiefungsmodule geben dir die Methoden und Techniken an die Hand, um in deiner Rolle als Coach sofort spürbaren Mehrwert zu schaffen.

1. Mentales Stärken – mit dem richtigen Fokus zu Klarheit und Stärke

Hier dreht sich alles darum, wie du die mentale Stärke deiner Klienten gezielt ausbaust, damit sie Höchstleistungen erzielen können – nicht nur kurzfristig, sondern nachhaltig.

Datum 16. bis 17. Januar 2026

Freitag 13.00 bis 20.30 Uhr

Samstag 10.00 bis 18.00 Uhr

Einzelpreis 990,00 Euro

Schwerpunkte

Routinen und Rituale

Methoden, die deinen Klienten helfen, produktive Gewohnheiten zu etablieren

- Zielsetzung und Visualisierungstraining: Präzise Ziele setzen und mit mentalen Bildern umsetzen
- Fokussierungsstrategien: Konzentration auf das Wesentliche – auch unter Druck
- Selbstgespräche meistern: Techniken, um innere Dialoge in produktive Bahnen zu lenken
- Praktische Anwendung: Gemeinsam reflektieren und Gelerntes direkt im Coaching umsetzen



2. Emotionen Regulieren – Gelassenheit auf Knopfdruck

Der Schlüssel zu erfolgreichem Coaching ist, deinen Klienten beizubringen, mit starken Emotionen positiv umzugehen. Dieses Modul zeigt dir strategische Werkzeuge, um emotionale Stabilität zu fördern.

Datum 30. bis 31. Januar 2026

Freitag 13.00 bis 20.30 Uhr

Samstag 10.00 bis 18 Uhr

Einzelpreis 990,00 Euro

Schwerpunkte

- Emotion und Persönlichkeit: Verstehen, wie emotionale Reaktionen aus der Persönlichkeitsstruktur resultieren
- Pacing-Techniken: Menschen wirklich abholen, wo sie sind – und von dort begleiten
- Embodiment: Mit dem Körper Emotionen verändern und Ressourcen freilegen
- Ressourcenaktivierung: Vergessene innere Stärken reaktivieren und nutzbar machen
- EFT (Emotionale Freiheit): Eine Soforthilfe-Technik für innere Ruhe und Klarheit

3. Supervision – Dein sicherer Raum für Praxis und Entwicklung

Coaching ist ein Lernprozess – nicht nur für deine Klienten, sondern auch für dich. Unsere Supervisionen bieten dir die Möglichkeit, Gelerntes zu festigen und souverän in deinen praktischen Alltag einzubauen.

Format Hybrid (vor Ort in Hamburg oder online)

Zeiten Montags von 18.30 bis 21.30 Uhr

Geplante Termine:

09.02.2026, 23.02.2026, 16.03.2026, 30.03.2026

13.04.2026, 04.05.2026, 18.05.2026, 08.06.2026, 06.07.2026

Einzelpreis 990,00 Euro

Besonderheiten

- Du bekommst praktische Erfahrungen mit zwei ViQ-Persönlichkeitstests für Testklienten
- Bei Bedarf vermitteln wir dir Klienten, um dir einen optimalen Start zu ermöglichen
- Deine Reflektion und Weiterentwicklung stehen im Fokus

Mindestens sieben Supervisionstermine sind vorgesehen, um dich optimal zu begleiten. Du kannst natürlich auch an allen zehn Terminen teilnehmen, um noch mehr Know-how mitzunehmen!



Zertifikat und Komplettpaket – Dein Karriere-Kickstart

Nach dem Basismodul, den Vertiefungsmodulen und deiner Teilnahme an den Supervisionen erhältst du dein Zertifikat als Mentalcoach für Sport und Beruf. Damit eröffnest du dir echte Chancen – sei es im Profisport, im Businessbereich oder im Alltagstraining.

Komplettpaket: Wenn du die gesamte Ausbildung buchst, profitierst du vom Preisvorteil – 4000 € für alle Bestandteile (zzgl. MwSt.)!

Erfahrene Referenten, optimaler Standort

Diese Ausbildung wird von zwei angesehenen Experten geleitet, die ihre breite Erfahrung in Coaching und Persönlichkeitspsychologie weitergeben:

Dr. Christian Spreckels

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

Stefan Westbrock – 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>

Was macht diese Ausbildung einzigartig?

Du erhältst mehr als nur Theorie. Unser Ansatz verbindet die erprobte PSI-Theorie mit dem hochpräzisen ViQ-Persönlichkeitstest – zwei Tools, die es dir erlauben, individuell auf Klienten einzugehen und nachhaltige Ergebnisse zu erzielen.

Ob du Athleten betreust, Teams motivierst oder Führungskräfte coacht – diese Ausbildung gibt dir die Basis, Menschen wirklich weiterzubringen. Werde Teil einer neuen Generation von Coaches mit Fokus auf praktischer Wirksamkeit und ganzheitlicher Entwicklung!

**Starte jetzt und lass dich für eine spannende,
erfüllende Arbeit als Mentalcoach ausbilden!**