



Tauchclub Octopus Rosenheim e.V.

Einsatz von Mentalem Training beim Tauchen

Termine:	10.11.2018	von	09:30	bis	17:00	Thansau, Clubheim des TCO Theorie und Praxis
	11.11.2018		09:30		17:00	Thansau, Clubheim des TCO Theorie und Praxis

Voraussetzung: CMAS* oder höher

Zielgruppe: Taucher

- Sporttaucher, die Übungen durch mentales Training vertiefen wollen
- Ausbilder, die mentales Training zur Vertiefung von Übungen einsetzen wollen
- Tec-Taucher, die mentales Training zur Vertiefung von komplexen Abläufen einsetzen wollen

Kursziel: 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)

Meldeschluss: 29.10.2018

Kursgebühr: TCO-Mitglieder: 60,00 €
VDST-Mitglieder: 95,00 €
VDST-Nichtmitgli 110,00 €

Leistungen: Kursteilnahme, 2 x Mittagessen, Tagungsgetränke, Schulungsunterlagen

6 ÜT/TL Fortbildungsstunden

Anmeldung: Lothar Becker
Thalacker 5a
83043 Bad Aibling
Tel.: 08061/495743
eMail lothar.becker@tecdiveequipment.de