

# Sport MentaltrainerIn B-Lizenz

|                         |                                |
|-------------------------|--------------------------------|
| <b>Titel</b>            | Sport MentaltrainerIn B-Lizenz |
| <b>Zulassungsnummer</b> | 7382021                        |

---

## Veranstalter

|                        |   |
|------------------------|---|
| <b>Adresse:</b>        | FlexyFit Plus GmbH<br>Dietrichgasse 27/Top E/EG.2<br>1030 Wien                |
| <b>TeInr:</b>          | +43 1 997 27 38   |
| <b>E-Mail-Adresse:</b> | info@sportausbildung.com  |
| <b>Webseite:</b>       | <a href="https://www.sportausbildung.com">https://www.sportausbildung.com</a> |

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten aus dem Bereich mentale Prozesse, psychologische Theorien und mentale Methoden für eine berufliche Tätigkeit als Sport Mentaltrainer/in B-Lizenz

---

## Inhalte

|   |   |
|---|---|
| <b>Lehrgangsinhalte:</b>                                    | u.a. Anatomie - Physiologie - Trainingslehre - Sportpsychologie - Kundenorientiertes Arbeiten - Sportverletzungen - Grundlagen der Ernährung - Konzentration und Aufmerksamkeit - Mentale Regeneration - Trainings- und Wettkampfvorbereitung - Mentales Training - Motivation - Stressmanagement und Entspannungstechniken |
| <b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrrangebots sind:</b> | 2 Online-Module   |

---

## Abschluss

|                             |                              |
|-----------------------------|------------------------------|
| <b>Abschluss:</b>           | institutsinternes Zertifikat |
| <b>Art des Abschlusses:</b> | institutsinterne Prüfung     |

---

## Voraussetzungen

|                                  |  |
|----------------------------------|--|
| <b>Teilnahmevoraussetzungen:</b> | Mindestalter 18 Jahre, technische Voraussetzung: PC mit Internetzugang |
| <b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>  | Nachweis ausreichender Vorbereitung                                    |

---

## Kosten

|  |          |
|--|----------|
| <b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b> | 698,00 € |
| <b>Lehrgangskosten:</b>                | 698,00 € |
| <b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b> | 0,00 €   |
| <b>Anzahl der Raten:</b>               | 6        |
| <b>Höhe der Raten:</b>                 | 116,00 € |

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

---

## Zeitraumen

|   |   |
|---|---|
| <b>Gesamtdauer in Monaten:</b>                                    | 6.00  |
| <b>Gesamtdauer in Stunden:</b>                                    | 271   |
| <b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b> | 10.00   |
| <b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>                   | 17  |
| <b>Präsenzunterricht:</b>   | 1 UStd. Online-Fachgespräch und 16 UStd. fakultative Onlineseminare |