

# Sport MentaltrainerIn B-Lizenz

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

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	FlexyFit Plus GmbH Dietrichgasse 27/Top E/EG.2 1030 Wien
<b>Telnr:</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 Wettkampf vorbereitung - Mentales Training - Motivation - Stressmanagement und Entspannungstechniken - Sportkompetenz
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots 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>	798,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	798,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	6
<b>Höhe der Raten:</b>	133,00 €

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

---

## Zeitrahmen

<b>Gesamtdauer in Monaten:</b>	5.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	431 Std. (575 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	20.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	1
<b>Präsenzunterricht:</b>	1 UStd. Online-Fachgespräch und 16 UStd. fakultative Onlineseminare