



**SPORTmental<sup>3</sup>**

**Die solide  
Sportmental-Ausbildung  
auf drei Grundsäulen**

*Angewandte Sportpsychologie  
Sportmentaltraining  
Sporthyppnose*

Über 10 Jahren erfolgreiche  
Zusammenarbeit mit Weltmeistern und  
Olympiasiegern bilden eine perfekte Basis  
für ein Wissen, das hilft erfolgreicher zu  
sein und erfolgreicher zu machen.



**Rouven M. Siegler**

*Hypnose-, EFT- & EMDR-Traumatherapeut  
Psychosoziale Fachkraft SbE/PSNV/CISM  
Fachberater & Kriseninterventionscoach*



**Zentrum für Hypnose  
Coaching & Psychotherapie  
Seminare & Weiterbildungen**

**Hypnotherapeutische &  
Systemische Individualsitzungen  
Seminare, Workshops  
Weiterbildungen für Therapeuten**

Bahnhofstraße 8 – 83093 Bad Endorf  
Terminvergabe und Beratung: +49 (0) 80 53 / 798 625  
[info@innergaming.de](mailto:info@innergaming.de) - [www.innergaming.de](http://www.innergaming.de)

Hiernit melde ich mich zu folgendem/n Seminar/en an: M1: \_\_\_\_\_ M2: \_\_\_\_\_ M3: \_\_\_\_\_  
----- Hier abtrennen -----  
Veranstaltungsort Bad Endorf. Alle Teilnehmer erhalten eine schriftliche Anmeldebestätigung. Die Seminargebühr beträgt je Modul EUR 375,-  
(DVH-Mitglieder erhalten EUR 25,- Rabatt pro Modul). \*

Name: \_\_\_\_\_ Email: \_\_\_\_\_  
Straße: \_\_\_\_\_ DVH-Mgl.-Nr.: \_\_\_\_\_  
PLZ/Ort: \_\_\_\_\_ tätig als: \_\_\_\_\_  
Telefon: \_\_\_\_\_ seit: \_\_\_\_\_

**Innergaming.de – Rouven M. Siegler  
Praxis für Hypnose, Coaching & Psychotherapie**

Bahnhofstraße 8  
D-83093 Bad Endorf

Telefax: +49 (0) 80 53 / 798 561  
[seminare@innergaming.de](mailto:seminare@innergaming.de)

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_

\* Teilnahme nach Eingang der Anmeldungen. Verbindliche Buchung, Zahlung  
nach Rechnungserhalt. Terminänderung und sonstige Änderungen vorbehalten.

## AUSBILDUNG IN DREI BEREICHEN

In drei Ausbildungsbereiche unterteilt, ist jedes einzelne Modul ein fester Bestandteil des überaus erfolgreichen Gesamtkonzepts, das sich im Laufe der Jahre in der direkten Arbeit mit zahlreichen Sportlern mehr als bewährt hat.

## DIE DREI MODULE IM EINZELNEN

### M1 - Angewandte Sportpsychologie

Modul 1 zum Einstieg in das Arbeitsgebiet Sportpsychologie

- Sportpsychologische Werkzeuge
- Mentale Trainingsformen im Sport inkl. praktischer Umsetzungen und Übungen

- Psychoregulation
- Entspannungstechniken
- Aktivierungstechniken
- Aufmerksamkeitsübungen
- Stressmanagement
- Selbstgesprächsregulierung

(Gedankenprüfstand)

- Gesprächsführung & Kommunikation in verschiedenen Situationen
- erfolgreiche Teamintegration & Voraussetzungen
- Unterschiede Einzeltraining / Mannschaftstraining
- Die Wichtigkeit von Spaß und Freude
- Fallbeispiele und deren Behandlung aus dem Spitzensport
- u.v.m.

### M2 - Sportmentaltraining

Modul 2 mit vielen praktischen Ansätzen und Übungen zum Sportmentaltraining aufbauend auf dem Wissen von Modul 1

- Die Säulen des Erfolgs
- Der Beginn – das Wichtigste für den Anfang des roten Fadens
- Zielfindung & Bindung
- Ressourcen finden
- Status quo – wo stehe ich und wo will ich hin
- Techniken & Sportwirkdialog
- Praktische Umsetzung & Übungen  
Arbeit mit Flipchart, Mindmap-Karten & anderen kreativen Hilfsmitteln

### M3 – Sporthypnose\*

Modul 3 mit speziell für den Profisportbereich angepassten hypnosystemischen Ansätzen – aus der Arbeit mit Profisportlern entstanden.

- viele Ansätze und Skripte
- individuelles praktisches Lernen und Üben

\* Modul 3 setzt eine vom DVH anerkannte abgeschlossene Hypnoseausbildungen voraus

## RABATT FÜR MITGLIEDER DES DEUTSCHEN VERBAND FÜR HYPNOSE

Die Seminargebühr beträgt pro Modul EUR 375,- (DVH-Mitglieder erhalten EUR 25,- Rabatt pro Modul).

Die Teilnehmerzahl ist jeweils begrenzt!

**Aktuelle Veranstaltungstermine zu den einzelnen Modulen M1- M2 - M3 finden Sie auf unserer Website.**

**Veranstaltungszeit:**

Freitag 14.00 – Sonntag 14.00 Uhr

Kaffeepausen & Seminargetränke sind im Teilnahmebetrag enthalten.

Teilnahmebescheinigung werden zu jedem Modul ausgestellt. Diese ersetzen in keinem Fall die Abschlussbescheinigung bzw. das Zertifikat. Dieses wird direkt nach Absolvierung aller Lehrgangabschnitte (M1-M3) ausgehändigt.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir nur schriftliche Anmeldungen in Form des Anmeldeformulars akzeptieren können. Den Eingang bestätigen wir mit der per Email zugesendeten Anmeldebestätigung. Mit Erhalt der Anmeldebestätigung verpflichten Sie sich zur Zahlung der Teilnahmegebühr. Abmeldungen können nur in schriftlicher Form angenommen werden. Bei einer schriftlichen Abmeldung bis zu drei Wochen vor dem Termin wird die Teilnahmegebühr unter Abzug einer Bearbeitungsgebühr von € 25,- erstattet. Danach wird die gesamte Teilnahmegebühr fällig. Als Teilnehmer nehme ich zur Kenntnis, dass dem Veranstalter keine Schadensersatzansprüche gestellt werden können, wenn ein Seminar oder eine Supervision durch unvorhergesehene wirtschaftliche oder politische Ereignisse, durch Absage von Referent oder allgemein durch höhere Gewalt erschwert oder verhindert wird. Wir bitten auch um Verständnis, dass wir uns die Absage von Veranstaltungen, z.B. bei zu geringer Teilnehmerzahl vorbehalten müssen. Bei Absage einer Veranstaltung erstatten wir die bezahlte Teilnahmegebühr. Erstattung entstandener Reisekosten und Ähnliches sind ausgeschlossen. Mit der Anmeldung erkenne ich diesen Vorbehalt an. Mit der Verarbeitung meiner Daten auf elektronischen Medien bin ich einverstanden.