

# Ausschreibung Sportpsychologiezertifikat

Hamburger Basketball Verband e.V. – Lehr- und Trainerkommission -

**H**AMBURGER  
**B**ASKETBALL  
**V**ERBAND E.V.



HBV-Vizepräsident Bildung

[simon.geschke@hamburg-basket.de](mailto:simon.geschke@hamburg-basket.de)

## **HBV-Zertifikat: Angewandte Sportpsychologie für BasketballtrainerInnen**

In diesem Workshop bieten wir Trainer\*innen im Basketball einen gezielten Einblick in verschiedene Themen der Sportpsychologie und vermitteln praktisch sportpsychologische Sofortmaßnahmen. Ziel ist es die verschiedenen Herausforderungen und Möglichkeiten der Spieler\*innen auf psychologischer Ebene gemeinsam zu analysieren und dann praktische Techniken zu üben mit denen Trainer\*in unterstützend tätig sein können.

Die Fortbildung (9 LE) richtet sich auch an Trainer\*innen aus anderen Landesverbänden als dem des HBV. Mögliche Anrechnungen der Fortbildungspunkte müssen von den Teilnehmern mit den jeweiligen Landesverbänden vorab abgeklärt werden.

### **Das Tagesprogramm:**

9.30 – 9.45 Uhr

Begrüßung, Einführung (0,25 LE)

9.45 – 10.30 Uhr

Motivation und Wille (2 LE)

10.45 – 12.00 Uhr

Vorstellungstraining (1,75 LE)

12.00 – 13.00 Uhr

Mittagspause

13.00 – 14.30 Uhr

Konzentrationstraining (2 LE)

14.45 – 15.30 Uhr

Psychoregulation und Stressmanagement (1 LE)

15.30 – 17.00 Uhr

Selbstvertrauen & Umgang mit Nervosität und Angst (2 LE) (Änderungen Vorbehalten)

### **Über die Workshopleiter:**

Felix Dübbers und Ole Fischer sind von der ASP zertifizierte Experten im Feld der Sportpsychologie. Sie beraten seit 2019 ProfisportlerInnen und BreitensportlerInnen aus Mannschafts- und Einzelsportarten in ihren Praxen in Hamburg und Berlin. Seit 2021 unterstützen sie zudem den Hamburger Basketball Verband bei der Ausbildung der Trainerinnen und Trainer.



**Anmeldungen bis: 29.08.2022**

**Teilnahmegebühren: 39,00 pro Person**