

Psychologie und Praxis



Umgang mit Druck im modernen Tischtennis Training Samstag 23. Dezember 2023

Nach dem Mai 2019 mit Istvan Moldovan von Norwegen, lädt der TTVI zu einem nächsten Tischtennis Höhepunkt ein. Mit DTTB U19 Bundestrainer Dustin Gesinghaus haben wir einen kompetenten Referenten in Luzern zu Gast.

Gerne laden wir alle interessierten Spieler, Eltern, Trainer/Coachs und Funktionäre zum TTVI Spezial Event in Rapid Luzern Headquarter ein!

Themen: Psychologie und Praxis: Umgang mit Druck im modernen Tischtennis Training

- vom Anfänger zum Leistungsspieler.

Ort: Aula und Turnhalle Würzenbach - Kreuzbuchstrasse 60 in Luzern

Organisation: Karin Opprecht, Organisation, Kadertrainerin TTVI

Dustin Gesinghaus DTTB U19 Bundestrainer Deutschland

Programm:09.45 - 10.00Eintreffen und Begrüssung der TeilnehmerAula Würzenbach/ Karin Opprecht10.00 - 11.00Entwicklung von Spitzenleistungen - Was funktioniertDustin Gesinghaus11.00 - 11.25Getränke / Apéro / Austausch / offeriert TTVIHalle / Foyer

Spezial Event 13.00 - 13.15 Pause

13.15 - 14.45 Praxis Teil 2: Üben - Performance Mindset in die Praxis umsetzen

14.45 – 15:00 Fragen / Austausch, Trainer, Eltern und Spieler

11.30 - 13.00 Praxis Teil 1: Athleten in Richtung Veränderung führen

15.00 Check out / Halle aufräumen

Anmeldung: Email oder Whats Up an Karin Opprecht:

079 755 61 80 / karin Opprecht@rapidluzern.ch

Kosten: TTVI lädt ein / Gratis bzw. Wer einen Unkostenbeitrag leisten möchte gerne per TWINT



