



Starkes Team – starker Spieler

Das 5-Wochen-Intensiv-Coachingpaket

Starke Spieler können Spiele entscheiden,
aber nur als Team gewinnt man eine Meisterschaft.

Woche 1: Grundlagen und Zielsetzung

- **Spieler:** Einführung ins Mentaltraining, Festlegung persönlicher Ziele, Atemtechniken, Visualisierungsübungen
- **Eltern:** Rolle der Eltern, Stressbewältigungsstrategien zur Unterstützung

Woche 2: Selbstvertrauen und Kommunikation

- **Spieler:** Selbstvertrauensbooster, positive Mindset-Übungen
- **Eltern:** Kommunikationstechniken zur Unterstützung

Woche 3: Stressbewältigung und Emotionsmanagement

- **Spieler:** Fortgeschrittene Techniken zum Umgang mit Druck und Stress
- **Eltern:** Strategien zur emotionalen Unterstützung

Woche 4: Fokussierung und Konzentration

- **Spieler:** Konzentrations- und Fokusübungen
- **Eltern:** Unterstützung beim Fokussieren und Konzentrieren

Woche 5: Evaluation und Zukunftsplanung

- **Spieler:** Abschließende Evaluierung, langfristiger Trainingsplan
- **Eltern:** Bewertung der Familienfortschritte
- **Gemeinsam:** Abschlussbesprechung, Feiern der Erfolge

Zusätzliche Inhalte:

- **Online-Ressourcen:** Akademiematerial wie Videos, Audios, PDFs und Übungen

Nutzenvorteile:

1. **Selbstvertrauen stärken:** Der Coachee lernt Techniken, die sein Selbstbewusstsein auf und neben dem Platz massiv verbessern.

2. **Emotionale Stabilität:** Der Coachee kann besser mit Stress und Druck umgehen, was sich auch positiv auf die Schule und sein allgemeines Wohlbefinden auswirkt.
3. **Elternunterstützung:** Ihr werdet aktiv in eurer Rolle als unterstützende Eltern gestärkt und lernt, wie ihr euer Kind noch effektiver unterstützen könnt, ohne zusätzlichen Druck auszuüben.
4. **Ganzheitlicher Ansatz:** Mein Programm berücksichtigt Kopf, Herz und Bauch, um die Entwicklung ganzheitlich zu fördern.
5. **Langfristige Unterstützung:** Durch den Zugang zu exklusiven Ressourcen und euch Eltern als Coaches, bleibt der Coachee auch nach dem Programm optimal betreut.

Häufige Fragen:

- **„Weshalb sind wir als Eltern Teil des Coachings?“**
Weil es nur zusammen Sinn macht. Euer Kind muss sehen, dass ihr den Weg mitgeht. Gleichzeitig wisst ihr immer ganz genau, was im Coaching gemacht wird und wie ihr bestmöglich begleiten könnt. Nach den 5 Wochen seid ihr zudem in der Lage das Coaching selbständig fortzuführen. Allein dadurch bekommt ihr einen 5 mal so hohen Wert als das Coaching kostet.
- **„Wir wollen keinen zusätzlichen Druck ausüben.“**
Das Programm ist speziell darauf ausgelegt, Stress zu reduzieren und den Coachee zu stärken, ohne zusätzlichen Druck auszuüben. Die Sitzungen sind darauf ausgerichtet, ihn zu unterstützen und ihm Werkzeuge an die Hand zu geben, die ihn emotional und mental entlasten.
- **„Ist das Programm wirklich effektiv?“**
Mein ganzheitlicher Ansatz hat bereits anderen jungen Talenten geholfen, ihre Ziele zu erreichen. Durch die Kombination aus individueller Betreuung und familiärer Unterstützung schaffen wir eine solide Grundlage für langfristigen Erfolg.

Investition:

5 Coachingeinheiten Coachee	1.000,- €
+ 5 Coachingeinheiten Eltern	500,- €
+ Akademiematerial (Videos, Audios, PDFs)	750,- €
+ 1 Spielbeobachtung	250,- €
+ Fahrtkosten inklusive	... ,- €
Gesamtpreis:	2.500,- € (inkl. MwSt.)