



VERANSTALTER

DYNAMIC EYE -
INSTITUT FÜR VISUAL-UND KOGNITIONSTRAINING

In Kooperation mit

Cogniprove - Sebastian Mundruc
www.cogniprove.de

ViCo Fit - Verena Willinek
www.vico.fit

Anmeldung unter

christian.wichert@cogniprove.de

VICOMENTAL
AUSBILDUNG

DYNAMIC EYE®
Pionier in Visual- & Kognitionstraining

COGNIPROVE

VICO FIT®
your brain looks better!

SEHEN - DENKEN - HANDELN

Athleten trainieren sehr hart und über viele Jahre hinweg, um erfolgreich zu sein. Zusammen mit einem Team von Trainern trainieren sie ihre Kraft, Kondition, Koordination, Technik und achten auf Ernährung und Schlafhygiene. Ebenso wichtig ist aber auch das Zusammenspiel zwischen Auge und Gehirn als Grundvoraussetzung für die Handlungskette: Sehen - Denken - Handeln!

VICOMENTAL - Sehen-Denken-Handeln

 **SEHEN:** „Nahezu jeder Fehler im Hochleistungssport kann auf fehlerhafte visuelle Beurteilung zurückgeführt werden“

 **DENKEN:** „Was die körperliche Präsenz betrifft, stößt der Fußball an seine Grenzen. Im kognitiven Bereich dagegen gibt es unendlichen Spielraum.“ - Jogi Löw

 **HANDELN:** Besserer Umgang mit Ängsten und Selbstzweifel - Denken, Fühlen und Handeln in Einklang bringen, Authentische Kommunikation/Leadership

PERFORMANCE BEGINNT IM KOPF

In der Vicomental Ausbildung geht es zunächst mal um Dich. Es ist eine praxisnahe Ausbildung mit viel Platz für Selbsterfahrung und aktiven Übungen auf und neben dem Platz. Ziel ist es, Dich als Trainer, Therapeut oder Sportler zu entwickeln und zu begleiten. Du lernst methodisch aufgebaute Skills und konkrete Tests im visuellen, kognitiven und mentalen Bereich, die du sofort in die Praxis umsetzen kannst. So wirst du in die Lage versetzt, Deine Leistung und die Deiner Sportler besser zu verstehen und zu fördern. Das erlernte VICOMENTAL Wissen ist anwendbar in allen Sportarten.



Für wen eignet sich die VICOMENTAL Ausbildung?

- Trainer im Spitzen-, Leistungs- und Amateursport
- Sportler, die sich persönlich weiterentwickeln möchten
- Sportphysiotherapeuten
- Mentaltrainer

Inhalte

Modul I 17.-19.2.2023 Der fokussierte Sportler

Inhalte: Physiologie des Sehens, Augenfunktionen, Exekutive Funktionen, kontrollierter Fokus und Aufbau von Konzentration

Modul II 17.-19.3.2023 Der Trainingsweltmeister

Inhalte: Tests und Übungen der Visual Skills, Übungen zu Inhibition, Arbeitsgedächtnis, kognitiver Flexibilität, Umgang mit Druck und Stress, Erreichen des Spannungslevels vor Wettkämpfen

Modul III 21.-23.4.2023 Der mutige Entscheider

Inhalte: Loading, Go-No go, Vermeidung von Fehlern, Verlassen der Komfortzone, Lehrproben, Prüfung und Abschluß

Veranstaltungsort

Sportverein Schwarz-Weiss Merzbach 1933 e.V.
Weidenstrasse 19, 53359 Rheinbach

Anmeldung unter christian.wichert@cogniprove.de.
Wir akzeptieren Bildungsscheck / Bildungsprämie
Module einzeln buchbar (in entsprechender Reihenfolge)

Preis 820 € netto pro Modul,
749 € Frühbucher (bis 31.12.2022) und für Mitglieder im BVKT e.V.

Du bekommst:

- Digitales Workbook
- Zertifikat zum VICOMENTAL-TrainerIn
- 10% Gutschein für ein FITLIGHT und/oder STROBOBRILLE bei Kauf innerhalb 6 Monate nach Kursende
- 1 Jahres Mitgliedschaft im BVKT e.V.
- Kaffee und Kaltgetränke, Snacks

