

## Ausbildungsinformation der österreichischen Trainer:innen-Ausbildung

### Sportpsychologische Kompetenzen für Trainer:innen – 2025/26

#### Übersicht zu Rahmenbedingungen und Inhalte

##### Präsenzzeiten:

1.Block: 15. – 18.05.2025	Salzburg	(Do 16:30 bis So 16:15)
2.Block: 12. – 15.06.2025	Hintermoos	(Do 16:30 bis So 12:30)
3.Block: 25. – 28.09.2025	Faak am See	(Do 16:30 bis So 12:30)
4.Block: 30. – 03.05.2026	Wien	(Do 16:30 bis So 12:30)
5.Block: 25. – 28.06.2026	Salzburg	(Do 16:30 bis So 12:30)

Abschlussprüfung: 24. u. 25.09.2026 in Wien (beide Tage frei halten - Präsenz notwendig an einem ½ Tag, je nach Zuteilung der Prüfungszeit)

Gesamtumfang der Präsenzzeiten: 153 EH

##### Zusätzlich zu erbringende Leistungen:

Praxis: Nachweis und Dokumentation von 140 Eh praktischer Arbeit direkt mit Athlet:innen.

Supervision-Lernbegleitung: vor Antritt zur Abschlussprüfung müssen die Teilnehmer:innen mind. 15 Std. Lernbegleitung und 10 Std. Einzelsupervision absolvieren. Die Kosten für die Einzelsupervision betragen 90.-€ / Einheit und sind von den Teilnehmer:innen direkt bei den Supervisor:innen zu begleichen. Die Kosten für die Lerngruppen betragen 400.-€ pro Teilnehmer und sind bei Lehrgangstart auf das Konto der Bewegungsakademie zu überweisen.

Aufgabenstellungen zwischen den Blöcken: Umfang ca. 10-15 Arbeitseinheiten (inkl. Vor- und Nachbereitung) für spezielle Aufgabenstellungen. Die Aufgabenstellungen beziehen sich thematisch auf die Inhalte der vermittelten Kompetenzen.

Abschlussarbeit: Umfang ca. 25-30 Arbeitseinheiten

##### Inhalte:

- Block 1: Trainer:innenhandeln im Kontext des Sports | Kommunikation
- Block 2: Gruppendynamik und Führung
- Block 3: Emotion/Motivation | Bewegungslernen
- Block 4: Psychische Gesundheit | Sportpsychologische Diagnostik
- Block 5: Kognitives Training | Wettkampfcoaching

##### Referenten:

Dr. Günter Amesberger, Dr. Patrick Bernatzky, Mag. Andrea Engleder, Dr. Thomas Finkenzeller, Dr. Björn Krenn, Mag. Norbert Meister, Mag. Mario Plessner, MSc MBA Wolfgang Weiss, Mag. Mirjam Wolf

Sportaktivitäten werden, angepasst an eine handlungsorientierte Vermittlung der Lehrinhalte, in geringem Umfang integriert.