

## 1. Tag

Ab 09.30 Uhr	Check-in
10.00 – 10.30 Uhr	Begrüßung und Einführung in das Thema Sport-Coaching mit <b>wingwave</b>
10.30 – 10.50 Uhr	Demo: Sport und Bewegungsfreude
10.50 – 11.30 Uhr	<i>Interventionstraining: „Aus Sportstress wird Bewegungsfreude!“</i>
11.30 – 11.50 Uhr	Kaffeepause
11.50 – 13.00 Uhr	<i>Demo und Interventionstraining „Coaching von Sportstress-Erinnerungen“</i>
13.00 – 14.30 Uhr	Mittagspause
14.30 – 14.45 Uhr	Gemeinsames Sporttreiben
14.45 – 15.15 Uhr	<i>Demo: Top-Wert-Coaching für das Leistungsniveau</i>
15.15 – 16.00 Uhr	<i>Interventionstraining: „Top-Wert-Coaching“</i>
16.00 – 16.20 Uhr	Kaffeepause
16.20 – 16.30 Uhr	Gemeinsames Sporttreiben
16.30 – 17.00 Uhr	<i>Demo: „Wir lassen die Muskeln spielen.“</i>
17.00 – 17.45 Uhr	<i>Interventionstraining: „Muskelspiel“</i>
17.45 – 18.00 Uhr	Abschlussbesprechung

## 2. Tag

Ab 8.30 Uhr	Check-in
09.00 – 09.30 Uhr	Demo: „Meine Erfolgsgalerie“
09.30 – 10.30 Uhr	<i>Interventionstraining: „Meine Erfolgsgalerie“</i>
10.30 – 10.45 Uhr	Kaffeepause
10.45 – 11.45 Uhr	Gemeinsamer Mannschaftsport
11.45 – 12.30 Uhr	<i>Demo: Aussagenbaum-Baum für den Mannschaftsbaum erstellen</i>
12.30 – 13.00 Uhr	Mittagspause
13.00 – 13.30 Uhr	Demo: „Treffer-Coaching“ mit Mannschaftssportlern
13.30 – 14.00 Uhr	Interventionstraining: „Treffer-Coaching“ und / oder Coaching der Mannschaftssport-Erlebnisse
14.00 – 14.15 Uhr	Kaffeepause
14.15 – 14.45 Uhr	Demo: „in vivo-Coaching“ und Ressourcen einwegen
14.45– 15.30 Uhr	Interventionstraining: „in vivo-Coaching“
15.30 – 16.00 Uhr	Abschlussbesprechung, Akquisemöglichkeiten und Ausklang