

# Mentaltrainer hält Vortrag bei Tennisclub Schifferstadt

Rüdiger Eck referiert über Einsatzmöglichkeiten von Sport-Mentaltraining

Dem TC Schifferstadt ist es gelungen, einen der erfolgreichsten Mentaltrainer aus der Region für einen Vortrag über die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten von Sport-Mentaltraining zu gewinnen. Am Donnerstag, 26. Mai, 19 Uhr, im Tiebreak Stübchen auf der TCS Anlage in der Dudenhofener Straße, haben Interessierte hautnah die Möglichkeit zu erleben, was mental - speziell im Tennis und allgemein im Sport -

alles möglich ist. Zum Beispiel, wie Motivation jederzeit abgerufen werden kann und Ängste beseitigt werden, oder Bewegungsabläufe optimiert werden können. Neben einigen Übungsbeispielen, in der die Teilnehmer einbezogen werden können, lässt der Referent Rüdiger Eck ([www.sht-mentaltraining.de](http://www.sht-mentaltraining.de)) auch Einblicke in seine Arbeit mit Leistungssportlern von der Jugend bis zum Olympia-Sieger zu. Das SHT-

Mentaltraining gehört zu den erfolgreichsten ganzheitlich gesehenen Verfahren, um Sportlern Techniken an die Hand zu geben ihre Höchstleistung, Motivation u.v.m. im entscheidenden Moment abrufen zu können, Phobien, Leistungsdruck, Schmerzen im Akutfall direkt zu beseitigen! Zur Klientel gehören genauso Olympiasieger, Nationalmannschafts-Mitglieder, Bundesliga-Spieler, Sportler dem A/B/C-Kader-

Bereichen, bis hin zu Breitensportler. Gemäß dem Grundsatz „Seele und Körper sind eins“ bietet das ganzheitliche SHT-Mentaltraining ein breites Anwendungsspektrum wie z.B. Hypnose, oder (z.B. bei Verletzungen) das energetische Arbeiten, wie Akupressur, Jap. Heilströmen, Reiki, u.v.m. Der TC Schifferstadt freut sich auf eine rege Teilnahme und viele Interessenten bei dieser spannenden Veranstaltung.