

MENTAU PARAT BIM

Angebot «*Mentau parat bim* **FCT**»

FC Thun Berner Oberland Nachwuchs



FOKUSSIERT

CHARAKTERSTARCH

TATCHRÄFTIG



Das Wichtigste in Kürze

- Der FC Thun Berner Oberland bietet den Nachwuchsspielern der U15, U16, U17, U19 und U21 und den Nachwuchsspielerinnen der U16, U18, U23 sowie den Spielerinnen der AWSL eine Dienstleistung im Bereich *Mentale Stärke/Persönlichkeitsentwicklung* an. Dieses Angebot trägt den Namen «*Mentau parat bim* **FCT**».
- Ziel dieses Angebotes ist es, Spielern*innen eine gesonderte, individuelle Trainings- und Entwicklungsmöglichkeit anzubieten, durch die die Spieler*innen ihr sportliches Potential besser ausschöpfen oder optimieren können (bspw. dadurch, dass sie besser mit Drucksituationen umgehen, sich besser entspannen, aktiveren/motivieren und konzentrieren oder sie nach Verletzungen ihr Leistungspotential wiederherstellen können).
- Interessierte Spieler*innen melden sich beim Projektverantwortlichen Marc Blaser (Mail: marc.blaser@fcthun.ch oder Phone: +4179 729 75 73). Dieser erklärt den Spielern*innen (und allenfalls Eltern) in einem Erstgespräch das Angebot und das weitere Vorgehen.
- Die Dienstleistung wird von externen Coaches angeboten.
- Die Coaches werden vom FC Thun Berner Oberland ausgewählt. Alle Coaches sind entsprechende Experten*innen auf dem Gebiet (Sportpsychologie & Mentaltraining) und verfügen über anerkannte und qualitativ sehr gute Hochschulausbildungen.
- Die Spieler*innen können aus aktuell drei verschiedenen Coaches auswählen (siehe Infos und Kontaktdaten der Coaches auf der Rückseite).
- Die Spieler*innen sind nach dem einführenden Gespräch mit Marc Blaser selbst verantwortlich, Kontakt zu den Coaches herzustellen. Sollte dies Probleme bereiten, hilft der Projektverantwortliche bei der Kontaktaufnahme. Auch ein Kennenlerngespräch zu dritt, Spieler*in, Coach und Projektverantwortlicher, ist möglich.
- Der FC Thun Berner Oberland finanziert die ersten drei Beratungssitzungen im Kostenumfang von 450.00 Franken (Beratungsstunde à 150.00 Franken). Alle zusätzlich anfallenden Kosten für weitere Beratungsstunden müssen von den Spielern*innen (respektive deren Eltern) selbst getragen werden. Diese belaufen sich auf 150.00 Franken pro Beratungsstunde und werden von den Coaches in Rechnung gestellt. Der FC Thun Berner Oberland unterstützt die Spieler*innen auch nach den ersten drei Beratungssitzungen, indem er die Differenz zu den herkömmlichen Tarifen der Coaches, die i.d.R. höher sind als 150.00 Franken pro Sitzung, ausgleicht.
- Die Zusammenarbeit mit den Coaches unterliegt der Schweigepflicht. Das heisst, dass keine Informationen aus den Beratungssitzungen nach aussen gelangen (z.B. an Trainer*innen, Leiter Nachwuchs etc.), ausser die Spieler*innen wünschen dies explizit.

Angebot «Mentau parat bim **FCT**»
FC Thun Berner Oberland Nachwuchs



COACHES



Andrea Jenzer-Berger
Sportpsychologin

Kontakt

Homepage
www.bergerimpression.ch

E-Mail
a.jenzer@bergerimpression.ch

Phone
076 329 33 60



Christian Finger
Sportpsychologe

Kontakt

Homepage
www.emcquadrat.ch

E-Mail
info@emcquadrat.ch

Phone
076 402 09 05



Kishore Hirt
Mentaltrainer

Kontakt

Homepage
www.mentaltrainer.ch

E-Mail
info@mentaltrainer.ch

Phone
079 250 53 52