



Tränarträff - föreläsning kring idrottspsykologi med Stefan Gustafsson under Craft Arena Cup i Kosta

I samband med tävlingen i Craft Arena har vi glädjen att bjuda in till en inspirerande föreläsning med Stefan Gustafsson – erfaren föreläsare inom idrottspsykologi och prestationspsykologi.

Stefan är KBT-terapeut med inriktning mot elitidrott och har sedan 2003 undervisat inom idrottspsykologi och psykologi på idrottsgymnasium. Sedan 2008 är han även verksam vid Linnéuniversitetet, där han bland annat undervisar inom prestationspsykologi och idrottspsykologi.

Sedan 2005 har Stefan arbetat praktiskt med idrottspsykologi tillsammans med föreningar, lag, coacher och individuella idrottare på tävlings- och elitnivå. Han har bland annat haft uppdrag för Sveriges Olympiska Kommitté, Svenska Fotbollsförbundet och Riksidrottsförbundet.

Datum: Lördag 12 september

Tid: kl. 13.00

Plats: Konferenslokalen, Craft Arena, Kosta

Föreläsningen berör bland annat:

- Modern och praktiskt tillämpbar idrottspsykologi.
- Hur du skapar ett motivationsklimat som främjar utveckling och långsiktig motivation.
- Hur du som tränare kan hjälpa spelare att hantera press och prestationsångest.

Föreläsningen pågår i cirka 60 minuter och avslutas med cirka 15 minuter för frågor och diskussion.

För vem? Föreläsningen riktar sig främst till tränare och ledare, men alla som är intresserade är varmt välkomna att delta. Ingen föranmälan krävs.

Välkommen till en intressant och givande föreläsning om den mentala delen av idrotten – något som kan göra skillnad både på och utanför pingisbordet!

Sydöstra Götalands Bordtennisförbund

