



M.Sc.

Johanna CONSTANTINI

Sportarten:

CareSettings:

Qualifications: Sportpsychologin

■ PERSÖNLICHE DATEN

Mitgliedsnummer: 292

Firma: Johanna Constantini

Psychologie

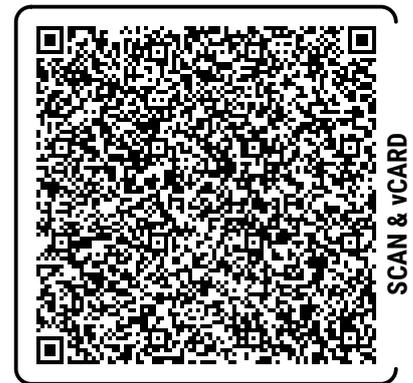
Mitglied seit: 14.06.2017

Geschlecht: weiblich

Kontakt: 0043 512 554094 | johanna@constantini.at |

www.constantini.at |

Adresse: Leopoldstrasse | 6020 - Innsbruck | Österreich, Tirol



SCAN & vCARD

■ Über mich

Themengebiete

Trainings- und Wettkampfstrategien

Aufmerksamkeitsregulation

Bewegungsvorstellung

Zielsetzungstraining

Konzentrationstrainings und Strategien

Entspannungsübung, Angstverringern, Achtsamkeit

Umgang mit Konkurrenz

Psychologische Verfahren zur Leistungsoptimierung

Embodiment

Coach the Coach

Wettkampfroutinen

Teambuilding

Über mich:

Als aktive Pferdesportlerin (Springreiten bis Klasse S) habe ich mich auch in meinem beruflichen Tätigkeitsbereich auf den Pferdesport spezialisiert. Die Verschmelzung zwischen diesen majestätischen Lebewesen und dem Menschen hat mich schon seit Kindertagen fasziniert. Nach meiner Ausbildung zur



Psychologin (UMIT - University of Health and Life Sciences), habe ich die Ausbildung zur Sportpsychologin im Center of Mental Excellence (Ausbildungsleiter Dr. Christopher Willis) in Innsbruck / München gemacht. Bereits während dieser Zeit habe ich mit Sportlern (Volleyball-Herrenmannschaft; Springreiter einzel) gearbeitet und daher bereits früh Erfahrungen in der Betreuung von Athleten sammeln können. Um für mehr Aufklärung im Bereich Sportpsychologie zu sorgen verfasste ich eine wöchentliche Kolumne zum Thema EQWOhealth - Sportpsychologie im Pferdesport auf Österreichs größtem Pferdesportportal **EQWO.net** (www.equestrian-worldwide.net/gesundheit-medizin)

Meinen persönlichen Ausgleich finde ich neben der Arbeit mit meinen Pferden auch im Laufsport. Seit 2016 laufe ich Marathon und setze mir auch hier stets neue Ziele. Zusätzliche klettere ich, fahre Snowboard und treffe mich gerne mit meinen Liebsten.

Facebook: www.facebook.com/mentalsportsconsulting

Instagram: www.instagram.com/mentalsportsconsulting

■ Social Networks

Facebook: www.facebook.com/mentalsportsconsulting

Xing: Johanna Constantini

Instagram:

■ Collaborations

Skype: johanna.constantini1

Aus ökologischen Gründen wird dieses Dokument nur digital zur Verfügung gestellt.
Think green before printing!

