



Mag.
Walter HABLE

Sportarten: Beachvolleyball; Bob/Skeleton; Fußball; Leichtathletik; Rudern; Schwimmen; Segeln; ...

CareSettings: Coach the Coach; Einzelbetreuung; Jugend und Nachwuchsbetreuung; Krisenberatung

Qualifications: Mentalcoach

■ PERSÖNLICHE DATEN

Mitgliedsnummer: 395

Firma: Mag. Walter Hable

Coaching + Counselling

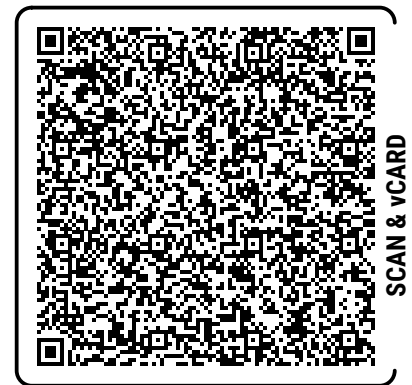
Position: Selbstständig

Mitglied seit: 27.12.2021

Geschlecht: männlich

Kontakt: +43 (0) 660 7030695 | w.hable@hable-cc.at | www.hable-cc.at |

Adresse: Fabriksstraße 10/2/8 | 2522 - Oberwaltersdorf | Österreich, Niederösterreich



■ Über mich

Sportwissenschaftler / Dipl. Lebens- und Sozialberater / Mental Trainer

Durch die Kombination von Lebens- und Sozialberatung, sportwissenschaftlicher und sportpsychologischer Beratung, begleite ich meine Klienten/innen zu gesunder Leistungsfähigkeit.

Psychische und physische Leistungsfähigkeit auf der Basis von psychischem und physischem Wohlbefinden, sowie eine reflektierte Zielorientierung stehen im Fokus meines kombinierten Coachingansatzes.

30 Jahre sportwissenschaftliche Betreuung von Leistungs- und Spitzensportlern/innen (Allgemeine Klasse und Nachwuchs) haben mich gelehrt, dass eine effektive Zielerreichung sowohl von der physischen Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit, als auch vom psychisch-emotionalen Befinden des Menschen beeinflusst wird.

■ Experience



1998 - 1999

ÖLSZ Südstadt

Sportwissenschaftliche und pädagogische Betreuung von Österreichischen Nachwuchslistungssportler/innen

1999 - 2006

Institut für Medizinische und Sportwissenschaftliche Beratung (IMSB Austria)

Leiter der Abteilung Leistungssport inkl. Personalführung und strategischer Konzeption der Abteilung

2006 - 2007

aon hotVoleys

Sportwissenschaftler und Konditionstrainer

2007 - 2018

Sportwissenschaftliches und Therapeutisches Kletterzentrum Weinburg (STKZ Weinburg)

Operativer Geschäftsführer (Prokurist) mit Schwerpunkt Leitung der Abteilung Sportwissenschaft

2019 - 2019

Leistungssport Austria

Vorstand Sportwissenschaften

2020 - Jetzt

Mag. Walter Hable Coaching + Counselling

Selbstständiger Sportwissenschaftler, Lebens- und Sozialberater und Mental Trainer

■ EDUCATION

1989 - 1997

Sportwissenschaftler

Universität Wien, Studium der Sportwissenschaften mit der Fächerkombination Prävention/Rekreation

1993 - 1994

Dipl. Heilmasseur

BFI Wien, Zusatzqualifikationen: Akupunktmassage (nach Penzel), Ohrakupunktmassage, Fußreflexzonenmassage

1997 - 1998

Staatl. gepr. Leichtathletiktrainer

BSPA Wien, Schwerpunkt: Sprint/Hürden

2017 - 2019

Dipl. Lebens- und Sozialberater

c10plus, Zusatzqualifikationen: NLP Master Practitioner (American Board of Neuro Linguistic Programming), Time Line Therapie® Master Practitioner (Time Line Therapie® Association)

2018 - 2019

Hypnose Trainer (American Board of Hypnotherapy)

c10plus, Zusatzqualifikation: Sporthypnose (u.a. nach Dr. Reinhold Bartl)

2021 - 2021

Mental Trainer

Center of Mental Excellence (Ausbildung Sportpsychologie) : Modulserie „Sportpsychologisches Training + Coaching im Leistungssport“



INTERESTS

1995 - Jetzt

Entwicklung "Kraftpass"

Was: Konzept zum Technikerwerb an der Langhantel und deren differenzierten Einsatz im Leistungssport.

Wozu: Methode um gezielte physiologische Anpassungen zu erzielen und diese in das spezifische

(Kraft-)Anforderungsprofil der Sportarten zu transferieren. Wie: vollständige Methodik der

Grundhebetekniken ausgewählter Krafttrainingsübungen und Konzept des kurzfristigen und langfristigen

Transfers. Wozu noch: Verletzungsprophylaxe, Belastungsverträglichkeit und Funktionalität des aktiven und passiven Bewegungsapparates.

■ Social Networks

Twitter: www.hable-cc.at

Facebook: <https://www.facebook.com/Sportwissenschaftliche.Lebens.und.Sozial.Beratung>

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/in/mag-walter-hable-039433b8/>

■ Collaborations

Skype: <live:cid.48f622f4ab1459ec>

Zoom: <https://us02web.zoom.us/j/5759328701>

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

