



Mag.

## Johannes GOSCH

**Sportarten:** Beachvolleyball; Bogensport; Moderner Fünfkampf; Ringen; Sportschießen; Wasserspringen; Wurfscheibe; ...

**CareSettings:** Coach the Coach; Einzelbetreuung; Jugend und Nachwuchsbetreuung; Mannschaftsbetreuung

**Qualifications:** Mentalcoach

## ■ PERSÖNLICHE DATEN

**Mitgliedsnummer:** 67

**Firma:** timeless health project

**Mitglied seit:** 03.04.2014

**Geschlecht:** männlich

**Kontakt:** +43 (0)650 2697768 | [office@timelessvision.at](mailto:office@timelessvision.at) |

<http://www.timelessvision.at> |

**Adresse:** Oisnitz 171/1b | 8503 - Oisnitz | Österreich, Steiermark



## ■ Über mich

**Ausbildungen:** Diplomstudium Sportwissenschaften mit den Schwerpunkten Sportpsychologie, Pädagogik und Gesundheitssport 1991 – 1997, Aus- und Fortbildungen in den Bereichen Sportschießen, Sportpsychologie, Erwachsenenbildung und Yoga.

**Arbeitsbereiche:** Beratungsstelle für Sportpsychologie (seit 2006) und für Sportwissenschaft (seit 2014), Lehrgangleiter: Mentales Training, Entspannungs- und Achtsamkeitstrainer am Wifi Steiermark, Lehrbeauftragter an der Sportakademie Graz und Wien (ehem. BAFL), der LSO Steiermark, des WIFI Steiermark und der Bundesfinanzakademie Wien (BFA); Biofeedback-Instructor, Entspannungstrainer. War weiters Vortragender für psychologisch orientierte Schießausbildung bei der Zollwache, Polizei und Gendarmerie.

**Arbeitsschwerpunkte:** Mentales Training, Erholungsmanagement (PMR, Yoga...), Motivationstraining, Selbstmanagement, Konfliktmanagement, Reflektierte Praxis. Betreuung der Sportarten: Bogensport, Dart, Eis- und Stocksport, Fußball, Kraftsport, Golf, Jagd- und Wurfscheibenschießen, Sportkegeln, Leichtathletik, Orientierungslauf, Radsport, Schießen, Tischtennis, Triathlon, Wasserspringen, Beachvolleyball und Gesundheitssport.

**Buchautor:** Psychologie im Sportschießen 1998, Kreativ LAUFen 2002, Kreative Bewegungsübungen - einfach gemacht 2008, Active Learning - Lernen in Bewegung (Band I) 2012, Active Learning - Lernen in Bewegung (Band II) 2014, 7 Key Facts - So steigern Sie Ihre Lebensqualität 2016 2. Auflage 2017.



Herausgabe von Übungssammlungen: Stark im Kopf (2018), 9 MINDsteps (2023).

Besonderheit: Ehemaliger Rückwärts[marathon]läufer, weltweit vielseitigster Rückwärtsläufer

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

