

Dr.

# Markus AUFDERKLAMM

**Sportarten:** Badminton; Beachvolleyball; Fußball; Golf; Judo; Kunstturnen; Leichtathletik; ...

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

**Qualifications:** Sportpsychologeln

## ■ PERSÖNLICHE DATEN

**Mitgliedsnummer:** 90

**Mitglied seit:** 03.04.2014

**Geschlecht:** männlich

**Kontakt:** | [aufderklamm@leichterbewegen.com](mailto:aufderklamm@leichterbewegen.com) |

**Adresse:** 6020 Innsbruck | 6020 - Innsbruck | Österreich, Tirol



## ■ Über mich

### Ausbildung:

- Diplomstudium Psychologie
- Doktoratsstudium Sportwissenschaften
- Zertifizierter Feldenkraislehrer

### Tätigkeitsbereiche:

- Beratung und Betreuung von EinzelathletInnen und von Mannschaften
- Beratung in Personen- und Teamführung, Kommunikation und Konfliktlösung
- Wettkampfcoaching
- systemisches Coaching in Krisensituationen

### Schwerpunkte:

- Umgang mit Versagensängsten
- Entwicklung eines leistungsunterstützenden Mindsets
- Schulung der Körperwahrnehmung
- Erhöhung der Bewusstheit für die eigenen Bewegungen und Bewegungsabläufe
- Konzentration und Meditation
- Entspannungs- oder Aktivierungstraining zur Steuerung des Eigenzustandes



- Biofeedbacktraining
- Autogenes Training



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

