

Koordination Andreas Aichinger

WORKSHOP MENTALTRAINING IM BBS MIT LEONHARD KÖNIGSEDER BSC MA

FR 17.05.2024 | 9:00-16:00 Uhr | Sonic Lab ABPU

Anmeldung: andreas.aichinger@bruckneruni.at | Anmeldungen aufgrund von begrenzter Teilnehmer*innenzahl bitte nur von Studierenden und Lehrenden aus dem BBS



Credit: S. Sukic

ANTON BRÜCKNER PRIVATUNIVERSITÄT für Musik, Schauspiel und Tanz

Alice-Harnoncourt-Platz 1 | 4040 Linz | Austria | T +43 732 701000 | E events@bruckneruni.at | W www.bruckneruni.ac.at

Wir fertigen bei dieser Veranstaltung Fotos sowie Audio- und Videoaufnahmen an. Die Bildaufnahmen werden zur Darstellung unserer Aktivitäten auf der Website oder sonstigen Internetauftritten, in Social Media Kanälen sowie in Printmedien veröffentlicht. Weitere Informationen finden Sie unter www.bruckneruni.at/datenschutz.

Inhalt & Programm

Im Sport schon lange angekommen, gewinnt Mentales Training auch in der Musik zunehmend an Bedeutung. Doch können sich die meisten wenig darunter vorstellen. Als Schnittstelle zwischen Psychologie, Sportpsychologie, Trainingslehre & Physiologie bietet mentales Training fundierte Tools, die einfach umzusetzen sind.

Dieser Workshop gibt einfache Hilfestellungen der Sportpsychologie & des mentalen Trainings, die dir dabei helfen können, deine Performance zu verbessern, dich wohler auf und neben der Bühne zu fühlen, sowie effizienter zu üben.

Biographie Vortragende*r Vorname Nachname

Lehrauftrag für mentales Training an der
Universität für Musik & darstellende Kunst Wien

- Senior Lecturer für Schlagwerk & Drumset an der Universität für Musik und darstellende Kunst Graz
- Aktuell im Masterstudium Psychologie
- Ausbildung „Sportpsychologisches Training & Coaching im Leistungssport“
- Mitglied der Vienna Brass Connection
- 2010 – 2022 Schlagwerker & stellvertretender Pauker der Grazer Philharmoniker, Oper Graz

ANTON BRÜCKNER PRIVATUNIVERSITÄT für Musik, Schauspiel und Tanz

Alice-Harnoncourt-Platz 1 | 4040 Linz | Austria | T +43 732 701000 | E events@bruckneruni.at | W www.bruckneruni.ac.at

Wir fertigen bei dieser Veranstaltung Fotos sowie Audio- und Videoaufnahmen an. Die Bildaufnahmen werden zur Darstellung unserer Aktivitäten auf der Website oder sonstigen Internetauftritten, in Social Media Kanälen sowie in Printmedien veröffentlicht. Weitere Informationen finden Sie unter www.bruckneruni.at/datenschutz.