

Der Ausbildungskompass bietet detaillierte Informationen über die Bildungsmöglichkeiten und Ausbildungseinrichtungen in Österreich. Informieren Sie sich unter [www.ausbildungskompass.at](http://www.ausbildungskompass.at).

# Universitätslehrgang MentaltrainerIn - Schwerpunkt Entspannungsverfahren (Zertifikatskurs)

## INHALT

Kurzinfo.....	1
Ausbildungsbeschreibung.....	2
Ausbildungsinstitute.....	2
Impressum.....	2

## KURZINFO

Ziel dieser Weiterbildung ist es, jene Kompetenzen zu erwerben, um Gruppen- oder Einzeltraining für Menschen, die ihre mentalen Fähigkeiten steigern und den Weg zu mehr Entspannung sowie Gelassenheit finden möchten, durchzuführen.

Ausbildungsart	Universitätslehrgang
Dauer	2 Semester
Form	Berufsbegleitend
Voraussetzungen	<ul style="list-style-type: none"><li>Deutschkenntnisse auf Level B2</li><li>Maturaabschluss oder Nachweis eines Hochschulabschlusses</li><li>Motivationsschreiben</li></ul>
Zielgruppe	Das Zertifikatsprogramm <i>MentaltrainerIn mit Schwerpunkt Entspannungsverfahren</i> richtet sich an Personen, die ihre Kenntnisse im Bereich mentales Training, mentale Stärke, Entspannung, Meditation und Methoden zur Steigerung der Gelassenheit vertiefen, anwenden und vermitteln wollen.
Kosten	EUR 2.900,00
Abschluss	Zertifikat der Universität Wien
Gruppe	Universität: Ein Universitätsstudium vermittelt in erster Linie eine theoretisch-wissenschaftliche Ausbildung und ist nicht immer auf einen konkreten Beruf ausgerichtet. Es ist daher vor Beginn eines Universitätsstudiums sehr wichtig sich genau über Studieninhalte und Berufsmöglichkeiten zu informieren.
URL	<a href="https://www.postgraduatecenter.at/weiterbildungsprogramme/gesundheit-naturwissenschaften/sport/">https://www.postgraduatecenter.at/weiterbildungsprogramme/gesundheit-naturwissenschaften/sport/</a>

## AUSBILDUNGSBESCHREIBUNG

### **Lehrinhalte und Berufsfelder:**

- Mental-Training Grundlagen
- Mentale Stärke
- Entspannungsverfahren
- Körperorientierte Entspannungsverfahren

## AUSBILDUNGSSINSTITUTE

### Wien

#### USI - Universitätssportinstitut Wien

Adresse: 1150 Wien, Auf der Schmelz 6a  
Telefon: +43 (0)1 4277 -17001  
Email: [usi@univie.ac.at](mailto:usi@univie.ac.at)  
Webseite: <https://musi.usi.at/>

## IMPRESSUM

### **Für den Inhalt verantwortlich:**

Arbeitsmarktservice  
Dienstleistungsunternehmen des öffentlichen Rechts  
Treustraße 35-43  
1200 Wien  
E-Mail: [ams.abi@ams.at](mailto:ams.abi@ams.at)

Stand der PDF-Generierung: 10.02.26

Die aktuelle Fassung der Ausbildungsinformationen ist im Internet unter [www.ausbildungskompass.at](http://www.ausbildungskompass.at) verfügbar!