



## Idrætspsykologikursus i Næstved Billard Klub

Næstved Billard Klub holder i samarbejde med DDBU idrætspsykologi kursus  
torsdag den 26. august  
fra kl. 19 til 22 i Næstved Billard Klub

### Indhold

- Hvad er idrætspsykologi?
- Hvem kan anvende idrætspsykologi?
- Krop og psyke
- Du kan mere end du tror
- Hvordan anvende idrætspsykologi?
- Idrætspsykologisk træning

### Målgruppe

Idrætsudøvere, trænere, instruktører og ledere som ønsker indsigt og viden om idrætspsykologiens grundelementer

### Instruktør:

**Navn:** Jørn Ravnholt  
**Fødselsdag:** 15. marts 1957  
**Profession:** Idrætspsykolog



**Olympisk funktion:**  
Psykolog for OL-holdet



### Egen idrætsbaggrund:

Landsholdsspiller i volleyball 1985, assisterende træner for Pennsylvania State Universitets volleyhold 1982. Var med som idrætspsykolog ved OL i Barcelona 1992 og Atlanta 1996.

Jørn har fungeret som coach for DDBU's poolspillere bl.a. til EM i 2008

### Tilmelding til kurset kan foregå til:

Michael Sølberg

Tlf.: 22215445

Mail: luckyluke@3mail.dk

Kurset er gratis

