

<i>Семинар для тренеров, спортсменов и всех заинтересованных лиц</i>	
Семинар «Мой комфортный конный мир» Спортивная психология. Информационный.	
Санкт-Петербург, КСК «Конная Лахта» 16 марта 2024 года (суббота)	
Руководитель семинара:	Максакова И.Л. <i>Психолог, тренер, преподаватель Конный психолог-наставник личных тренерских школ (конкур, выездка), автор образовательных программ Преподаватель психологии тренерской деятельности в "Высшей Конной Школе" Академии менеджмента и агробизнеса при СПбГАУ Тренер общей и начальной конкурной подготовки (частная практика) Медицинский психолог кабинета медико-психологического консультирования ГП № 100 (гос.аккредитация для медицинской деятельности в должности медицинского психолога, номер реестровой записи 6323 031535649)</i>
Участие:	<i>Открыт для всех заинтересованных лиц Количество участников – не более 15 чел.</i>
Документ по окончании:	<i>Сертификат от КСК Конная Лахта</i>
Запись:	<i>+79119212621 администратор КСК «Конная Лахта»</i>
Место проведения:	<i>КСК «Конная Лахта», Санкт-Петербург, Лахтинский пр., дом 100 Тел. +79119212621 - администратор</i>
Размещение иногородних участников:	Отель «Ближние Дубки» <i>Санкт-Петербург, Приморский район, п. Ольгино, Коннолахтинский проспект, д.1 Ресепшен(круглосуточно): +7(812)309-91-88 <u>Бронирование гостиницы осуществляется самостоятельно</u></i>
Расписание занятий*:	16.03.2024 (суббота) 11:00-13:00. Часть 1. 1. Всадник, лошадь и тренер. Находим, называем и проверяем цели сотрудничества. Практикум: «Если честно...» 2. Психологическая поддержка: как можно помочь (или помешать) всаднику. Практикум: - «стоп-фразы» для «причинения непоправимой пользы». - «своя команда» и личный девиз для каждого участника - личные границы и их защита. - 13:00-14:00 Обед 14:00-17:00. Часть 2. 3. Способы психологической самопомощи в подготовке к тренировкам и соревнованиям.

4. Практикум. Программа самоподготовки, доступная каждому.
Синхрोगимнастика: думаем, чувствуем, действуем. Как использовать стресс для достижения целей.

Для второй части занятия необходима удобная форма одежды и обуви у участников. В программе предусмотрены телесно-ориентированные практики.

*возможны изменения в программе

Стоимость семинара: 4000 рублей (один день)

Бизнес-ланч по предварительной заявке 500₽