

ZK MENTALTRAINERIN | STUNDENPLAN WS 2019/2020

Administrative Leitung: Mag. Dr. Maria Rienöb! (0650/2106478)

Ort:

Theorie: USZ II, Hörsaal Dachgeschoß (HS DG), Auf der Schmelz 6A, 1150 Wien

USZ II, Seminarraum 1 (SR 1), Auf der Schmelz 6a, 1150 Wien

USZ II, Seminarraum 4 (SR 4), Auf der Schmelz 6a, 1150 Wien

Praxis: USZ II, Tanzstudio (TZ) im Dachgeschoß, Auf der Schmelz 6A, 1150 Wien

Wintersemester 2019/2020

Datum	Ort/Zeit	Theorie & Praxis
Fr., 04.10.	USZ II Gruppenraum 17.00-19.15 19.30-21.00	Grundlagen der Neurobiologie <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Sa., 05.10.	USZ II Gruppenraum TZ ganzer Tag 08.30-10.45 11.00-12.30 13.30-15.45 16.00-17.30	Wissenschaft des mentalen Trainings und der Entspannung <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Fr., 11.10.	USZ II Gruppenraum 17.00-19.15 19.30-21.00	Imaginationstechniken <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Sa., 12.10.	USZ II Gruppenraum TZ ab 12.00 08.30-10.45 11.00-12.30 13.30-15.45 16.00-17.30	Imaginationstechniken <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Fr., 08.11.	USZ II Gruppenraum 17.00 -19.15 19.30-21.00	Achtsamkeit <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Sa., 09.11.	USZ II Gruppenraum TZ ab 12.30 08.30-10.45 11.00-12.30 13.30-15.45 16.00-17.30	Meditationstechniken <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Fr., 15.11.	USZ II Gruppenraum 17.00-19.15 19.30-21.00	Stress – Ursachen & Reaktionen <i>Mag. Nicole Brunner</i>
Sa., 16.11.	USZ II Gruppenraum TZ ab 12.00 08.30-10.45 11.00-12.30 13.30-15.45 16.00-17.30	Stress – Ursachen & Reaktionen <i>Mag. Nicole Brunner</i>
Fr., 22.11.	USZ II Gruppenraum 17.00 -19.15 19.30-21.00	Burnout – Ursachen, Folgen, Prävention <i>Mag. Nicole Brunner</i>



Sa., 23.11.	USZ II Gruppenraum TZ ganzer Tag 08.30-10.45 11.00-12.30 13.30-15.45 16.00-17.30	Stressbewältigung <i>Mag. Nicole Brunner</i>
Fr., 06.12.	USZ II Gruppenraum 17.00-19.15 19.30-21.00	Präsentationstechnik & Trainermethoden <i>(N.N.)</i>
Sa., 07.12.	USZ II Gruppenraum TZ ganzer Tag 08.30-10.45 11.00-12.30 13.30-15.45 16.00-17.30	Präsentationstechnik & Trainermethoden <i>(N.N.)</i>
Fr., 10.01.	USZ II Gruppenraum 17.00 -19.15 19.30-21.00	Innere Ruhe: Klarheit, Kongruenz, Trance <i>MMag. Heidemarie Haberl-Glantschnig</i>
Sa., 11.01	USZ II Gruppenraum TZ ganzer Tag 08.30-10.45 11.00-12.30 13.30-15.45 16.00-17.30	Innere Ruhe: Klarheit, Kongruenz, Trance <i>MMag. Heidemarie Haberl-Glantschnig</i>
Fr., 17.01.	USZ II Gruppenraum 17.00 -19.15 19.30-21.00	Skills erfolgreicher Menschen, Selbstwert, Telearbeit, Strategiewerk für Entspannung und Zielerreichung <i>MMag. Heidemarie Haberl-Glantschnig</i>
Sa., 18.01.	USZ II Gruppenraum TZ ganzer Tag 08.30-10.45 11.00-12.30 13.30-15.45 16.00-17.30	Skills erfolgreicher Menschen, Selbstwert, Telearbeit, Strategiewerk für Entspannung und Zielerreichung <i>MMag. Heidemarie Haberl-Glantschnig</i>
Sa., 25.01.	USZ I HS 1 08.30-10.00	schriftliche Prüfung <i>Mag. Dr. Maria Rienößl</i>

Änderungen der Kursleitung vorbehalten!

ZK MENTALTRAINERIN | STUNDENPLAN SS 2020

Administrative Leitung: Mag. Dr. Maria Rienöb! (0650/2106478)

Sommersemester 2020

Datum	Ort/Zeit	Theorie & Praxis
Sa., 07.03.	USZ II GYM 13.15-14.45 15.00-16.30	Qigong und TaijiQuan <i>Mag. Gunther Attarpour</i>
Fr., 13.03.	USZ II Gruppenraum 17.00 -19.15 19.30-21.00	Ressourcen aktivieren <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Sa., 14.03.	USZ II Gruppenraum TZ ab 12.00 08.30-10.45 11.00-12.30 13.30-15.45 16.00-17.30	Präsentation Projektarbeiten <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Sa., 21.03.	USZ II GYM 13.15-15.30	Qigong und TaijiQuan <i>Mag. Gunther Attarpour</i>
Sa., 28.03.	USZ II GYM 09.00-10.30 10.45-12.15	Yoga <i>Dr. Florian Fladerer</i>
Fr., 24.04.	USZ II Gruppenraum 17.00 -19.15 19.30-21.00	Mentale Stärke <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Sa., 25.04.	USZ II Gruppenraum TZ ab 12.00 08.30-10.45 11.00-12.30 13.30-15.45 16.00-17.30	Mentale Stärke <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Sa., 09.05.	USZ II GYM 09.00-11.15	Yoga <i>Dr. Florian Fladerer</i>
Sa., 16.05.	USZ II Gruppenraum TZ ab 12.00 08.30-10.45 11.00-12.30	Fallbeispiele aus der Praxis <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Sa., 20.06.		Prüfung <i>Dr. Marcus Täuber</i>
Sa., 27.06.	USZ I HS 1 08.30-10.00	Schriftliche Prüfung <i>Mag. Dr. Maria Rienöb!</i>

Änderungen der Kursleitung vorbehalten!