

# Tauchsport Landesverband Schleswig-Holstein

## Seminar Teambuilding, Teamdynamik und Coaching im Unterwasserrugby

---

### Datum/Zeit

08.10.2016  
9:00 - 18:30

### Veranstaltungsort

[Arriba Norderstedt](#)  
Am Hallenbad 14  
22850 Norderstedt

### Ansprechpartner:

Claas Brüning  
[landestrainer-uw@tlv-sh.de](mailto:landestrainer-uw@tlv-sh.de)



**Mindestbrevetierung:** Kein Brevet erforderlich

### Beschreibung

Modul 2 von 3 zum mentalen Training im Unterwasserrugby  
(Modul 1 war Sportpsychologie und mentales Training)

- Team und Mannschaftsdynamik (was formt ein Team, Normen, Regeln, Störeinflüsse, Kommunikation)
- Teambuilding (Zusammenhalt stärken – anhand konkreter Beispiele, die Bedeutung von Führung, Rituale)
- Mannschaftscoaching (Führungsstile, Gestaltung von Teambesprechungen und Einflussmöglichkeiten während des Wettkampfs)
- Praxisteil 1: Teambuilding-Übungen und Teamrituale
- Praxisteil 2: Führung und Kommunikation

### Mitzubringende Ausrüstung:

Unterwasserrugby-Ausrüstung bzw. nach Absprache

**Agenda:** 09.00 – 11.00: Theorieteil 11.15 – 14:20 Praxisteil 1 14:25 – 15:25 Mittagspause 15:30 – 18:00 Praxisteil 2  
18:00 – 18:30 Abschlussdiskussion