

## Hallo Miteinander,

wir möchten gerne auf diesem Wege „Hallo“ aus Frankfurt sagen. Wir, das sind Henning und Fanny Thrien, Kati Wiedenbrüg und Benedikt Schuster. Wir bilden gemeinsam das sportpsychologische Team von „mentaltastic“ und sind seit Mai 2019 der sportpsychologische Partner des Landessportbund Hessen.

Einige von Ihnen kennen uns ja gegebenenfalls durch die Trainer:Innen Seminarserien „Optimierung der Coachingkompetenz“ und/oder weitere Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen, sowie Vorträge und Workshops. Dennoch möchten wir zumindest den schriftlichen Weg gerne nutzen, uns auch offiziell in unserer Funktion vorzustellen.



Henning ist der leitende Sportpsychologe von mentaltastic. Der ehemalige Leistungssportler im Bereich Tennis studierte in den USA Psychologie und absolvierte seinen Master in Angewandter Sportpsychologie an der Martin-Luther Universität Halle-Wittenberg. Neben seiner Tätigkeit im Isb h begleitet Henning die Handballbundesligamannschaft der Männer vom SC DHFK Leipzig und ist als Team-Psychologe beim deutschen Radsportteam Bora-hansgrohe tätig. Sein Aufgabenspektrum im Isb h erstreckt sich auf die Begleitung der Bundeskader Athlet:Innen und Berufssportler:Innen, sowie die Konzeption und Durchführung von Trainer:Innen Seminaren.

Fanny war vor einigen Jahren selbst als Sportlerin am Internat in Frankfurt aktiv, bevor sie sich zum Studium an die Sporthochschule Köln und die Martin-Luther Universität verabschiedete. Sie ist studierte Sportwissenschaftlerin und sportpsychologische Expertin. In den vergangenen Jahren arbeitete sie bereits mit Athlet:Innen der Carl-von-Weinberg Schule zusammen, begleitete hessische Kaderlehrgänge und hielt sportpsychologische Workshops für Sportler:Innen und Landestrainer:Innen in Hessen.



Nachdem Kati ihren Masterabschluss in Gießen erfolgreich in allgemeiner Psychologie absolviert hat spezialisierte sie sich zusätzlich mit dem Master an der Martin-Luther Universität Halle-Wittenberg im Bereich Sportpsychologie. Bereits seit Herbst 2019 ist sie elementarer Teil von mentaltastic. Dabei übernimmt sie überwiegend die Begleitung von Sportler:innen aus technisch-kompositorischen Sportarten. Darüber hinaus ist Kati als individuelle Ansprechpartnerin in verschiedensten Sportarten im hessischen Nachwuchsleistungssport gefragt. Bei mentaltastic leitet die passionierte Triathletin den Bereich Diagnostik & Screening und koordiniert unsere Schulforschungsprojekte und Studien.

Bene hat an der Deutschen Sporthochschule in Köln seinen Bachelor in Sport und Leistung absolviert und im Anschluss den Masterstudiengang Angewandte Sportpsychologie in Halle (Saale) abgeschlossen. Zu seinen Tätigkeiten als Sportpsychologe am Isb h gehören die teampsychologische Begleitung der Volley Juniors Frankfurt, die individuelle Begleitung verschiedener Athlet:innen der Spitzensportverbände in Hessen, sowie die Konzeption und Durchführung von Workshops zu diversen, sportpsychologischen Themen. Bene stammt ursprünglich aus dem Fußball und spielte zu Jugendzeiten in der B-Junioren Bundesliga für den SC Preußen Münster.

Als sportpsychologisches Team arbeiten wir für den Landessportbund Hessen. Wir sind am Standort Frankfurt am Main stationiert, stehen darüber hinaus aber für unterschiedlichste, sportpsychologische Begleitungsmaßnahmen in ganz Hessen zur Verfügung.


Gerne möchten wir an dieser Stelle die Gelegenheit nutzen, um einen kurzen Überblick über unser Angebotsspektrum zu geben:


- **Individuelle Beratung und Coaching**
  - 1:1 (sport)psychologische Beratung
  - Anlaufstelle bei psychischen Auffälligkeiten im Sinne einer Gefährdung der psychischen Gesundheit
- **Trainings- und Wettkampfbegleitung**
  - Begleitung von Meisterschaften, Lehrgängen oder anderen Maßnahmen
  - Sportpsychologische Workshops / Einzelgespräche während der Lehrgänge
  - Videoanalyse und Dokumentation von Beobachtungen
- **Coach the Coach**
  - Reflektierende Beratung und psychologisches Coaching (mögl. Themen: „Wie agiere ich bei Ansprachen und im Einzelgespräch mit meinen Athleten“, „Wie kann ich motivational steigernd auf meine Athleten einwirken“, „Wie gehe ich mit belastenden und fordernden Situationen offen um“ etc.)
- **Seminare und Vorträge**
  - Psychologische Wissensvermittlung zu sportartspezifischen und allgemeinen Themenschwerpunkten
- **Psychologisches Training**
  - Durchführung psychologischer Trainingsimpulse (Umgang mit Druck, Training ohne Ablenkung, Teambuildingspiele, etc.)

Wir freuen uns auf das persönliche Kennenlernen und Verbleiben mit lieben Grüßen aus Frankfurt.



 [www.mentaltastic.com](http://www.mentaltastic.com)

 +491712808855

 [info@mentaltastic.com](mailto:info@mentaltastic.com)

 [www.instagram.com/mentaltastic\\_sportpsychologie/](https://www.instagram.com/mentaltastic_sportpsychologie/)