

ÖREBROFAMILJEN BJUDER IN TILL TRÄFF HENRIK ANDERSSON – MENTAL TRÄNING



ÖSK Elitfotboll och mental träning

2023 inleddes ett samarbete mellan ÖSK Elitfotbolls akademilag och Henrik Andersson inom området mental träning. Under denna kväll kommer vi att berätta hur vi har valt att inkludera den mentala träningen genom praktiska övningar. Vilka positiva effekter vi upplever men också vilka utmaningar vi stött på. Vi vill ge er verktyg för att kunna jobba med detta i er förening.

När: **Tisdag 16e juni**

Tid: 18.15-19.30

Var: Behrn Arena (Återkommer med exakt plats)

Anmäl dig till: pontus.bjorkman@oskfotboll.se



Kort om Henrik

Henrik är utbildad ICC coach samt licensierad mental tränare. Henrik har under tidigare år haft ett samarbete med bland annat Örebro läns fotbollförbund och arbetar även med individuella idrottsutövare inom bland annat ishockey, innebandy och motorsport.