Mentaltrainer

Roland Schiffner
Beratung & Coaching

Telefon 09123-999603
Mobil 0173-389 54 78
r.schiffner@t-online.de
www.mentaltrainer-schiffner.de





NEWSLETTER
November 2026

Zertifizierter Mentaltrainer
Persönlichkeitstrainer
Psychologische Beratung/Personal-Coach

An meine Klientinnen, Klienten und Freunde,

zum Jahresende möchte ich mich bei allen meinen Sportlerinnen und Sportlern, Freunden und Wegbegleitern herzlichst für das in mich gesetzte Vertrauen bedanken.
Ich durfte wieder unzählige Einzel- und Gruppecoachings bei mir in Lauf oder auch in Bayern und über die Landesgrenzen hinweg durchführen.
Insbesondere auch die neuen Co-Trainer-Ausbildungen in der VBFK wurden zahlreich besucht und mit großem Interesse verfolgt und mit Zertifikat absolviert.
Auch in der persönlichen Beratung meines weiteren Tätigkeitsfeldes Psychologie und Persönlichkeitsentwicklung gab es viele großartige Menschen, welche ich begleitet habe.

Folgende Termine stehen bereits in der Planung für 2027 bei mir fest:
06.02.2027 – VBFK-Co-Trainer-Ausbildung Lauf – **Basiskurs*** für Jedermann
07.02.2027 - VBFK-Co-Trainer-Ausbildung Lauf – **Aufbaukurs*** für Jedermann
04.04.2027 – VBFK-**Kaderlehrgang**** in Lauf
24.04.2027 – **Deutscher Ländervergleich** Sandhausen in Baden
29/30.05.27 – **Europameisterschaft**** Hard/Vorarlberg/AT
20.11.2027 - VBFK-Co-Trainer-Ausbildung Lauf – **Expertenkurs*** für jedermann
* mehr Details und Informationen hierzu unter www.vbfk.de
** für nominierte Sportler
Weitere Engagements sind bereits in der Planung stehen aber terminlich noch nicht genau fest.

Ich biete **Einzelklienten-Coachings** zu allen Themen an. Hier widme ich mich einzig und allein dir und deinen Anforderungen. Du schilderst mir dein Problem oder deinen Coaching-Wunsch und wir erarbeiten speziell für dich passende Lösungsansätze.

Meine Schwerpunkte sind der Kegelsport in der Technikausbildung, im Mentalbereich sowie die Entwicklung in der Persönlichkeit und der psychologischen Beratung. Das Thema Körperwahrnehmung ist mein Spezialgebiet und im Kegelsport unerlässlich.

Ich erstelle dir auch für dich, deinen Verein oder Klub ein Skript nach persönlichen Anforderungen und Wünschen.

Meine **Preise** werde ich **ab 01.01.2027** etwas anpassen müssen, da doch einige Kostensteigerungen zu Buche schlagen und die letzte Anpassung am 01.10.2024 war. Trotzdem bin ich bestrebt, Sportlern und anderen Menschen zu fairen Preisen Coachingsmöglichkeiten zur sportlichen und persönlichen Weiterentwicklung anzubieten.

Kegelcoaching auf der Kegelbahn, beinhaltet auf Wunsch Mentalkomponenten
Stunde: 65 €, Buchung von 5 Einzelstunden: 300 €, 10 Stunden: 650 € inkl. Bahn*,
11. Coaching kostenfrei, *in 91207 Lauf, ansonsten exkl. Kegelbahn
Psychologische Beratung zur Problemlösung
Stunde: 80 €, Buchung von 5 Einzelstunden: 375 €, 10 Stunden: 750 €
Weitere Angebote und Preise findest du in meiner Preisliste auf www.mentaltrainer-schiffner.de

Meine wichtige Erfahrung aus 30 Jahren aktiven Kegelsport sowie in der Ausbildung und im Lehrwesen ist, Dinge, die nicht gut laufen oder mit denen man unzufrieden ist, anzugehen und diese zu verändern. Das geschieht meist dann, wenn der Leidensdruck zu groß geworden ist, etwas zu akzeptieren, was man aber nicht mehr in der gewohnten Form akzeptieren möchte. Auch darin habe ich eigene Erfahrungen gemacht.

Mein Rat an dich: Stehe auf und mache deinen 1. Schritt in die Veränderung. Das ist oftmals nicht so einfach, da man gerne abwägt, was passieren könnte und ob das, was man sich vorstellt, auch tatsächlich eintritt.
Doch sind wir einmal ehrlich zu uns selbst. Wenn wir es nicht ausprobieren, werden wir es nie erfahren. Und wenn du allein nicht zurechtkommst oder dich unsicher fühlst, dann nehme dir Hilfe zur Seite. Das passiert in allen Lebensbereichen und ist keine Schande. Für alles gibt es Spezialisten und Fachleute, auch im Sport.
Wenn deine Situation auch unzufriedenstellend ist, dann überlege, etwas daran zu ändern. Es gibt immer Wege zum Ziel.



Siehst du dein verborgenes
Potential?
Möchtest du es aktivieren?

Mein Buch „Kegeln ist Kopfsache“ erhalten Sie im Buchhandel oder direkt bei mir. Weitere Trainingshilfen und Lehrmaterial auf Anfrage oder unter
www.ninepin-media.de
Unser Produkt „Standhilfe im Abräumspiel“ ist ebenfalls sehr hilfreich.