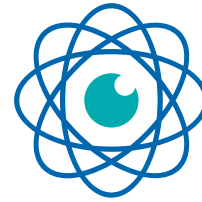


TZ AuGe
Trainingszentrum
für Auge und Gehirn



TZ AuGe
Trainingszentrum
für Auge und Gehirn

Wir bieten:



TZ AuGe

Stefanie Wezel
Gönninger Str. 103/2
72793 Pfullingen
(bei Albkraft Physiotherapie)

Mobil: +49 157 57336958
Mail: kontakt@tz-auge.de
Web: www.tz-auge.de



ViCo-Training im Sport
„Sehen – Denken – Handeln“[®]



Sportler und Athleten sind stark auf visuelle Verarbeitungsfähigkeiten angewiesen, um schnelle Entscheidungen zu treffen und um präzise Bewegungen in dynamischen Umgebungen auszuführen. Hierfür ist das Zusammenspiel zwischen Augen und Gehirn als Grundvoraussetzung für die Handlungskette: „Sehen – Denken – Handeln“® wichtig.

Das ViCo-Trainingsprogramm bietet:

- die richtige Interpretation der visuellen Information (input)
- die bestmögliche Entscheidung unter Stress und Druck zu treffen (output)

Für wen eignet sich das ViCo-Training?

- Sportler, die sich persönlich weiterentwickeln möchten
- Spitzen- und Leistungssportler, die über die Konkurrenz hinauswachsen wollen
- Alle, die ihre sportliche Leistung, Sehfähigkeit und kognitive Flexibilität steigern wollen



Profis sehen schneller!

Das ViCo-Training fördert die visuellen und kognitiven Bereiche, die für sportliche Höchstleistungen nötig sind.

- Dynamisches Sehen
- Präzise Verfolgung des Balles
- Peripheres Sehen
- Einschätzen von Distanz und Geschwindigkeit
- Timing
- Hand/Auge/Fuß-Koordination
- Antizipation
- Reaktionsfähigkeit
- Visuelle Ausdauer und Konzentration
- Handlungsschnelligkeit
- Arbeitsgedächtnis
- Inhibition
- Kognitive Flexibilität

So läuft das Training ab:

Individuell angepasst: Trainingsinhalte auf die jeweilige Sportart zugeschnitten.

Leistung messen: Fortschritte werden kontinuierlich erfasst.

Zielgerichtet dokumentiert: Entwicklung sichtbar im persönlichen Leistungsprofil.