

Sven Löffel – Dein Coach für mentale Stärke im Sport

Dein Erfolg beginnt im Kopf – und ich zeige dir, wie du das volle Potenzial deines Denkens nutzen kannst, um deine Ziele zu erreichen und deine Grenzen zu überwinden. Lerne mich, Sven Löffel, kennen und entdecke, wie mentale Stärke deine Leistung verändern kann.



Meine Philosophie

Ich bin fest davon überzeugt, dass mentale Stärke ein entscheidender Faktor für den Erfolg ist – nicht nur im Sport, sondern in allen Bereichen des Lebens. Deshalb setze ich auf eine ganzheitliche Herangehensweise, die sowohl körperliche als auch geistige Fitness umfasst. Durch gezieltes mentales Training helfe ich meinen Klienten, ihre innere Stärke zu entdecken, ihre Fähigkeiten zu maximieren und ihre Ziele zu erreichen.

Meine Methoden

Meine Coaching-Methoden basieren auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und bewährten Techniken des mentalen Trainings. Dazu gehören Visualisierungstechniken, Entspannungsübungen, Konzentrationsübungen und positive Selbstgespräche. Jeder Klient erhält ein individuell zugeschnittenes Trainingsprogramm, das auf seine spezifischen Bedürfnisse und Ziele abgestimmt ist.

Meine Dienstleistungen

Ich bin Coach für Mentales Training im Sport. Ich betreue Sportler:innen im Leistungs- sowie im Breitensport und unterstütze diese dabei, ihre Ziele zu erreichen und über sich hinauszuwachsen.

Was biete ich an? Investition in deine mentale Stärke!

- Erstgespräch ► CHF 50.00 (entscheidest du dich für eines meiner Angebote, wird der Betrag angerechnet)
- Einzelcoachings im Leistungs-, Breiten- und Hobbysportbereich ► CHF 120.00/Stunde
- Setting für individuelle Zielerreichung (mehrere Sitzungen) ► umfangabhängig (Dauer der Vorbereitungsphase). Preisabsprache erfolgt während des Erstgesprächs

Erstgespräch: Der Beginn unserer Zusammenarbeit

Der erste Schritt zum Erfolg ist entscheidend. In einem unverbindlichen Erstgespräch können wir deine individuellen Ziele und Herausforderungen besprechen und herausfinden, wie ich dich am besten unterstützen kann.

Egal ob im sportlichen oder persönlichen Bereich – eine starke mentale Basis ist massgeblich für den Erfolg. Lass uns die ersten Schritte auf deinem Weg gemeinsam gehen.

Zukünftige Hypnosetätigkeit:

Um meine Klienten noch intensiver und nachhaltiger unterstützen zu können, befinde ich mich derzeit in der Ausbildung zum diplomierten Hypnosetherapeuten VSH (Abschluss im Juli 2025). Mit dieser zusätzlichen Qualifikation werde ich zukünftig auch im Bereich der Hypnose unterstützen und neue Wege zur mentalen Stärke und Leistungssteigerung aufzeigen können. Im Herbst 2025 werde ich die Zertifizierung in fachlicher Spezialisierung in Sporthypnose VSH erlangen.

Aus- und Weiterbildungen im Coaching- und Sportbereich:

- Stetig: Erweiterung des Wissens im Selbststudium mittels Fachliteratur
- 2012 – 2013: Ausbildung zum Medical-Coach I und II bei Jack Eugster in Zürich
- 2017: Zertifikat „Mentales Training im Sport“ der Sport Mental Akademie GmbH, Zürich
- Seit Dezember 2024: Ausbildung zum dipl. Hypnosetherapeuten VSH bei Palacios Relations GmbH, Bern

Kontakt

E-Mail: sven.loeffel@bluewin.ch

Telefon: +41 78 889 96 98

Website: im Aufbau

Die Coachings finden in den Räumlichkeiten der Physiotherapie-Praxis von Nadja Stucki statt

► 3753 Oey, Kreuzfure 3

