



Heinz Moormannstraat 1/A  
5831 AS Boxmeer  
0800-0177/ 040-7110382  
info@hypnosecursus.nl

## **STUDIEPLAN Masterclass SPORTHYPNOSE en SPORT HYPNOTIC COACHING**

### **Inleiding:**

Hypnose therapie kan geschaald worden onder de alternatieve/complementaire geneeswijzen en is een zeer effectieve therapeutische techniek en methode ter behandeling van fysieke, psychische en psychosomatische klachten. Hypnose therapie kan ingezet worden om een aangeleerd gedrag blijvend te veranderen. Daarnaast is hypnose toepasbaar om persoonlijke ontwikkeling en zelfactualisatie te ondersteunen.

De masterclass Sporthypnose en Sport Hypnotic Coaching is een verdieping in de toepassing van geavanceerde hypnosetoepassingen ter begeleiding van topsporters en breedte sporters. Sport Hypnotic coaching is een uitgebreide maar vooral ook effectieve- en efficiënte methode om (top)sporters en breedte sporters te ondersteunen bij hun sportactiviteiten. D.m.v. Sport hypnotische technieken en Sport Hypnotic coaching, zijn cursisten in staat om na de masterclass zelfstandig (top)sporters- breedtesporters te ondersteunen, met speciaal hiervoor samengestelde protocollen, breintrainingen , aangevuld met speciaal samengestelde scripts. De masterclass Sporthypnose en Sporthypnotic coaching, vormt een afgerond geheel en is een verdieping voor de professioneel werkende hypnotherapeut, trainer/coach, personal trainer, sportpsycholoog of fitness instructeur.

### **Over HypnoWorld**

HypnoWorld is opgericht op 10 november 2008 bij inschrijving in het handelsregister Kamer van Koophandel door J.A.H. van den Munckhof, meervoudig gecertificeerd hypnotherapeut, met als doel het geven van onderwijs op het gebied van directe hypnose welke richting gegeven wordt door de technieken van Dave Elman.

De scholings- en therapieruimtes bevinden zich in het Hypnose Centrum Nederland aan de Heinz Moormannstraat 1/A te Boxmeer. In dit moderne en zakelijke centrum biedt HypnoWorld voornamelijk korte beroepsopleidingen aan. Verdere specialisaties zijn mogelijk door het Volgen van masterclasses, welke ten deel worden gegeven door andere scholingsinstanties en met wie een nauwe samenwerking plaatsvindt. Door de krachten te bundelen is een brede Opleidingsmogelijkheid ontstaan, een totale oplossing voor iedereen die zich wil specialiseren op het gebied van hypnose en hypnotherapie.

HypnoWorld is voor geselecteerde cursussen en opleidingen geaccrediteerd door het KTNO en CAT (voor een actueel overzicht van branche- en beroepsverenigingen zie website KTNO). HypnoWorld is daarnaast CRKBO en ISO 9001:2015 gecertificeerd en aangesloten bij de NRTO.



## Doel van de Masterclass Sporthypnose en Sport Hypnotic Coaching:

Je volgt de Nederlandstalige cursus Sporthypnose en Sport Hypnotic coaching als je interesse uitgaat naar het ondersteunen van (Top) Sporters en/of breedte sporters in hun ontwikkeling, hun mentale en fysieke processen en jij Sporthypnose daartoe een geschikte therapeutische methode acht. Deze cursus is zeer geschikt voor hypnotherapeuten die al een Opleiding genoten hebben in indirecte hypnose, NLP'ers of alternatief genezers, Sport trainer/coaches, fitness instructeurs en personal trainers die hun vaardigheden verder willen uitbreiden en een verdieping willen van hun kennis en vaardigheden.

In deze masterclass leer je de theorie en toepassing van Sporthypnose, gebruik makende van speciale technieken en leer je wat sport hypnotic coaching is en hoe je deze vorm van coaching kunt gebruiken om je cliënten optimaal te ondersteunen bij hun sportieve carrière. De Masterclass is samengesteld door een Meester hypnotiseur, fysio/alternatief-complementair therapeut, Docent Personal Training, Personal trainer en Coach persoonlijke ontwikkeling.

Na het voltooien van deze masterclass zul je in staat zijn om op een verantwoorde wijze (top) sporters- breedtesporters te begeleiden tijdens hun sportieve loopbaan, waarbij je weet hoe de client voor te bereiden op sporthypnose sessies, een yes-set te creëren bij de client door een speciaal daarvoor samengesteld intentie script, zelf een sport hypnotic coaching plan te maken en hoe een praktijk voor Sport hypnotic coaching te starten.



## Overzicht lesstof Masterclass Sporthypnose en Sport Hypnotic Coaching

De lesstof die aan bod komt in de Masterclass is grotendeels gebaseerd op de kennis en jarenlange ervaring met het coachen van cliënten, samenwerking met internationale coaches en hypnotiseurs waardoor een unieke masterclass is ontstaan die vernieuwend is en die de praktiserende hypnotherapeut, sport trainer/coach, personal trainer en fitness trainer/sportinstructeur extra kennis verschaft in het kunnen ondersteunen van cliënten in hun sportieve skills en sportieve prestaties.

De cursus omvat 4 lesdagen met een totaal van 32 docent contacturen (DCU) en 24 zelfstudie uren (totaal 2 EC). Na de cursus is er de mogelijkheid tot intervisie, waarbij met oud cursisten ervaringen gedeeld kunnen worden en nieuwe inzichten besproken kunnen worden.

### Opleidingsniveau

Het opleidingsniveau van de masterclass sporthypnose en Sport Hypnotic coaching is HBO conform. Een specifieke vooropleiding is niet noodzakelijk maar enige basiskennis van hypnosetechnieken is gewenst.

### Voor wie?

De Masterclass sporthypnose is zeer geschikt voor:

- Mensen die een eigen hypnose praktijk hebben
- Sport trainer/coaches
- Fitness instructeurs/sport instructeurs
- Personal trainers
- Sportpsychologen
- Mensen met een NLP of Ericsoniaanse achtergrond
- Iedereen die kennis over Sporthypnose wil opdoen of zijn/haar kennis wil uitbreiden



## Masterclass Sporthypnose en Sport Hypnotic Coaching inhoud

- Wat is Sporthypnose
- Voordelen van Sporthypnose
- Van sporthypnose naar “Sport Hypnotic Coaching”
- Geschiedenis van de hypnose in de sport
- Wetenschap en sporthypnose
- Intentie en optimale sportprestaties
- Hersenfrequenties en invloed op sportprestaties
- De nieuwe wetenschap en het creëren van mogelijkheden en optimale sportprestaties
- De beperkende overtuigingen van sporters
- Sporthypnose en de Sporttrainer/coach
- Sporthypnose en de Personal trainer
- Sporthypnose en de fitness instructeur
- Sporthypnose en de sport fysiotherapeut
- Sporthypnose en de sportmasseur
- Hoe Spanning weg te nemen met sporthypnose
- Hoe Perfecte prestaties in te beelden met sporthypnose
- Hoe de Energie te mobiliseren met sporthypnose
- Hoe de Motivatie op te bouwen met sporthypnose
- Hoe Afleiding te elimineren met sporthypnose
- Hoe Innerlijke kracht te krijgen met sporthypnose
- Hoe Pijn te verlichten met sporthypnose
- Hoe Zelfgenezing aan te zetten met sporthypnose
- Skills/Technieken verbeteren met sporthypnose
- Het principe van de mind body connectie
- Het “wie wil ik zijn principe”
- Het “doe alsof” principe
- De Comfort Adjustment techniek
- De Vicarious Mind machine Techniek
- De Darkroom techniek
- De Raikov techniek
- De “QuantumJump” techniek
- Dream Inception en Theta brain programming Techniek
- Het samenstellen van een Sport peak Performance succesprogramma voor de atleet
- Sport Zelf hypnose technieken
- Het samenstellen van een persoonlijke succes handvest voor de atleet
- Het “Ik ben een Player” principe
- Het “wat er ook gebeurt, de gelofte van persoonlijke triomf” principe
- Verschillende sporthypnose scripts
- Breintraining en sport
- Inleiding opzetten van een sporthypnose praktijk



In de masterclass Sporthypnose en Sport Hypnotic Coaching, zal naast de nodige theorie veel aandacht besteed worden aan praktische oefeningen. Tot deze cursus behoort het leerboek "Sporthypnose en Sport Hypnotic coaching" geschreven door G.E. Eleonora. De docent voor deze cursusmodule is G.E. Eleonora (Dordrecht). De docent is meervoudig gecertificeerd, is Sport fysiotherapeut, Complementair Therapeut, Personal trainer en heeft jarenlange ervaring als Hypnotherapeut en coach Persoonlijke ontwikkeling en is Ingeschreven in het C pion en/of SNRO-register.

## Examen

Voor de masterclass Sporthypnose en Sport Hypnotic Coaching is geen examen van toepassing. Bij 100% aanwezigheid en na betaling van het volledige cursusgeld ontvangt de cursist een certificaat van deelname. De masterclass Sporthypnose en Sport Hypnotic Coaching is aangemeld voor accreditatie bij de KTNO en CAT.

## Studiebelasting

Naast het aantal docent contacturen (DCU) wordt van de cursist enige zelfstudie verwacht. Voor de masterclass Sporthypnose en Sport Hypnotic Coaching zijn naast de 32 docent contacturen, 24 zelfstudie uren voorzien. Cursisten werken hierbij aan de hand van taken en opdrachten in het lesboek. De uitgewerkte opdrachten zullen klassikaal worden behandeld. HypnoWorld zal ervoor zorgen dat het studiemateriaal op de eerste lesdag van elke cursus wordt verstrekt. Het totaal aantal studiebelastinguren (SBU) komt hiermee op 56 (2 EC).

## Kwaliteitsbewaking

HypnoWorld hecht veel waarde aan juiste voorlichting en de kwaliteit van haar opleidingen. HypnoWorld heeft er daarom voor gekozen om zich te conformeren aan de eisen zoals gesteld voor inschrijving in het Centraal Register Korte Beroepsopleidingen (CRKBO). De kwaliteitscode voor opleidingsinstituten voor kort beroepsonderwijs richt zich op de volgende beginselen:

1. Zorgvuldigheidsbeginsel
2. Rechtszekerheidsbeginsel
3. Kenbaarheid beginsel
4. Redelijkheidbeginsel
5. Betrouwbaarheidsbeginsel



Het e.e.a. vertaalt zich in de volgende uitingen:

- Heldere, betrouwbare informatieverstrekking; juiste voorlichting op de website van hypnosecursus.nl omtrent de inhoud van de aangeboden cursussen/opleidingen.
- Vakinhoudelijke kennis van de docenten; onze docenten zijn meervoudig gecertificeerd en werkzaam in een eigen praktijk. Met alle docenten vindt ten minste eenmaal per zes maanden een evaluatiegesprek plaats. Docenten werken met een docenteninstructie waarin geregeld wordt hoe en op welke wijze de docent gebruik zal maken van de leermiddelen. Docenten houden hun vakinhoudelijke kennis op peil, of breiden deze uit door zelf opleidingen te volgen. Alle docenten beschikken over het diploma HBO Psychosociale Basiskennis (Plato normen).
- Opleidingen zullen worden geëvalueerd aan de hand van enquêteformulieren. Doel hiervan is continue verbeteringen door te voeren om aan de verwachtingen te kunnen voldoen die de cursist stelt aan de opleiding of deze zelfs te overtreffen.
- Duidelijke algemene voorwaarden waarin de rechten, maar ook de plichten van cursist en opleidingsinstantie vermeld staan.

Om de kwaliteit te waarborgen en zo mogelijk te verbeteren, is HypnoWorld ISO 9001:2015 gecertificeerd.

