

# “제2회 대한요트협회 선수 해외훈련 멘탈코칭과정 개최” 국제멘탈코칭센터와 함께 요트 선수들의 건강한 멘탈력 지원

대한요트협회와 국제멘탈코칭센터가 협력하여 요트 선수들의 멘탈 강화를 위한 해외 훈련 멘탈코칭 프로그램을 진행합니다. 이번 행사는 2024년 11월 태국 파타야에서 개최된 첫 번째 멘탈코칭에 이어, 2025년 1월 17일부터 18일까지 같은 장소에서 동계훈련 중인 요트 선수들을 대상으로 이뤄집니다.

이번 멘탈코칭 프로그램에는 국내 1호 스포츠멘탈코치이자 베스트 셀러 ‘위너스킬’의 저자인 박철수 코치와, 국내 유명 프로골퍼 및 메달리스트들을 지도한 멘탈코칭의 대가 천비키 코치가 함께 합니다. 또한 대학교수, 심리학자, 의료인 등으로 구성된 국제멘탈코칭센터 정회원 10여 명이 동참하여 전문적인 지원을 제공합니다.

요트는 선수들이 넓은 바다에서 코칭 스태프나 관중의 개입 없이 스스로 모든 경기를 감당해야 하는 특성을 지니고 있어, 강한 멘탈력이 경기력의 중요한 요소입니다.

이번 행사를 계기로 대한요트협회 소속 선수들의 멘탈력 향상을 위한 구체적인 지원 방안을 마련하는 데 목적이 있습니다.

선수들에게 동기 부여와 자신감 향상을 통해 최상의 경기력을 발휘할 수 있도록 앞으로 주기적인 기회를 가질 계획입니다.

지도자와 선수 여러분들의 많은 관심 부탁드립니다.

## 행사 개요

- 일시: 2025년 1월 17일(금) ~ 18일(토), 2일간
- 장소: 태국 파타야
- 참가문의: 임득진 (010-7795-4295)