

## Mental Training Sys

Entwicklung eines validierten Mental Training Systems

<b>Programm / Ausschreibung</b>	BASIS, Basisprogramm, Budgetjahr 2021	<b>Status</b>	abgeschlossen
<b>Projektstart</b>	01.03.2021	<b>Projektende</b>	31.03.2022
<b>Zeitraum</b>	2021 - 2022	<b>Projektlaufzeit</b>	13 Monate
<b>Keywords</b>			

### Projektbeschreibung

Wir entwickeln ein Mentales Training (Visualisierung) wie im Spitzensport bereits bewährt zur effektiven Anwendung für Jedermann, am Smartphone. Mit dem als App dargebotenen Service kann Mentales Training mittels Live-Biofeedback individualisiert und für Selbstoptimierer jeglicher Art geboten werden. Der resultierende Prototyp ist eine audio-visuelle Visualisierungshilfe, validiert mittels wissenschaftlicher Überprüfung der Wirksamkeit (Uni Wien / Sportpsychologie).

Ergebnisse der Umsetzung des vorliegenden Projektvorschlages sind:

- + Entwicklung & Go-Live einer Mental Training App
- + Validierung der Leistungsoptimierung durch Mentaltraining mittels der App, für Sport und Karriere
- + Validierung der Usability der App mittels Scores
- + 3 neue, hochqualifizierte F&E Mitarbeiter: ein Motion Designer, ein Graphix Designer sowie ein Senior Developer

### Projektkoordinator

- Athletic Research Center GmbH

### Projektpartner

- Universität Wien