

## **Mental Training Sys**

Entwicklung eines validierten Mental Training Systems

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

## **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