

Lukas Moebus

Mail: lukas.moebus@tum.de

Kurzvita

- seit 2022 wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Arbeitsgruppe Sportpsychologie (TUM)
- 2020–2022 wissenschaftliche Hilfskraft am Lehrstuhl für Sportpsychologie (TUM)
- 2019–2022 Masterstudium „Health Science“ (TUM) „sehr gut“ bestanden
- 2015–2019 Bachelorstudium „Bewegung und Gesundheit“ (JLU) „gut“ bestanden

Schwerpunkt Forschung

- Psychophysiologie von Stress und Entspannung
- Atementspannung im Umgang mit Stress
- Digitale Gesundheitsanwendungen im Umgang mit Stress

Schwerpunkt Lehre

- Beratungskompetenz
- Psychoregulation und Entspannungsverfahren
- Bachelorkolloquium

Preise

- Lehrpreis der Fakultät für Sport- und Gesundheitswissenschaften

Weitere Tätigkeiten

- Krafttraining, Hatha Yoga und Vipassana Meditation