

23./24. Januar 2010

Offene Berlin-Brandenburgische Hallenmeisterschaften in Potsdam

Es gibt Wochenenden da fragt man sich als Trainer schon was ist falsch gelaufen.

Haben wir schlecht trainiert? Haben wir zuviel trainiert? Oder haben wir sogar falsch trainiert? Hätte der Trainer lieber im Bett bleiben sollen?

Erstaunlicherweise laufen Sportler die wenig trainieren manchmal besser als die, die viel trainieren.

Natürlich kann man jetzt wieder grübeln wo die Ursache ist. Vielleicht ist grübeln auch nicht das richtige Wort, sagen wir eher, es wird analysiert. Analysiert und weiter trainiert.

Training, auch in gewissen Perioden, härteres Training ist der Schlüssel allen Erfolges.

Ein Schlauer hat mal gesagt, dass 50 Prozent des Sports aus Misserfolgen und Niederlagen bestehen.

Nehmen wir es so hin und greifen die 50 Prozent an, die zu den Guten gehören.

Es geht weiter.

Andreas