

Training

intelligent und aufmerksam
regelmässig / konsequent
...und doch spielerisch

Trainingslehre

Aktive Gesundheit
(Potenzial)

Aktivierungs- und
Handlungsfähigkeit
Balance (innere Ruhe)
„Realistischer Optimismus“

vorausschauend

Wettkampflehre

unvoreingenommen
...und doch zielorientiert

Persönlichkeit

- selbstbewusst („sapere aude“)
- leistungsbereit und erholungsfähig
- sozial kompetent, glaubwürdig

Leistung

- leistungsfähig (Timing)
- entschlossen und durchsetzungsfähig (Siegeswille)
- die Gunst nutzend (Glück)

Erfolgsorientierung

kongruentes Wertesystem
perspektivisch / nachhaltig
freudvoll / positiv