

Commitment für Nachwuchsathleten

Luzern 14.08.2017 / UJE

Definition

A willingness to give your time and energy to something that you believe in and/or a promise or firm decision to do something

Sich bekennen und verpflichten zum Leistungssport

Fragen, die man sich stellen sollte

Jeder einzelne Athlet der Leistungssport betreibt oder betreiben möchte, sollte sich jedes Jahr intensiv mit den nachfolgenden Fragen beschäftigen.

- Habe ich ein klares Ziel im Bereich des Leistungssportes?
- Bin ich mir bewusst, welchen Aufwand diese Zielsetzung, bzw. der Leistungssport mir abverlangt?
- Bin ich bereit die hierfür nötige Zeit, Verzicht und Fleiss aufzubringen?
- Bin ich bereit auch in schlechten Zeiten mit dem Team und den Trainern zusammenarbeiten?
- Bin ich mir bewusst, was der Leistungssport mir kurz- und langfristig bringen kann?

Wenn Du diese Fragen mit Ja beantworten kannst, bist Du bereit für den Leistungssport

Erstellen eines Commitments und Inhalt

Das Commitment ist ein persönliches, handgeschriebenes und in eigenen Worten verfasstes Bekenntnis von 5 bis 10 Sätzen gegenüber zum Leistungssport mit folgendem Inhalt:

- Bereitschaft für den Leistungssport;
- Kurz- (nächstes Kaderjahr) und langfristige Ziele (4-Jahreszyklus);
- Persönliche Beweggründe für den Leistungssport;
- Bereitschaft die Trainings- und Wettkampfplanung lückenlos zu befolgen;
- Bereitschaft sich ins Team zu integrieren und Anweisungen der Trainer und Verantwortlichen zu befolgen.

Schreibe das, was Dir spontan zu den oben erwähnten Punkten in den Sinn kommt und zu dem Du auch wirklich stehen kannst.

Mit Deinem Commitment musst Du die Trainer und Experten davon überzeugen, Dich in ein regionales Leistungszentrum zu integrieren.