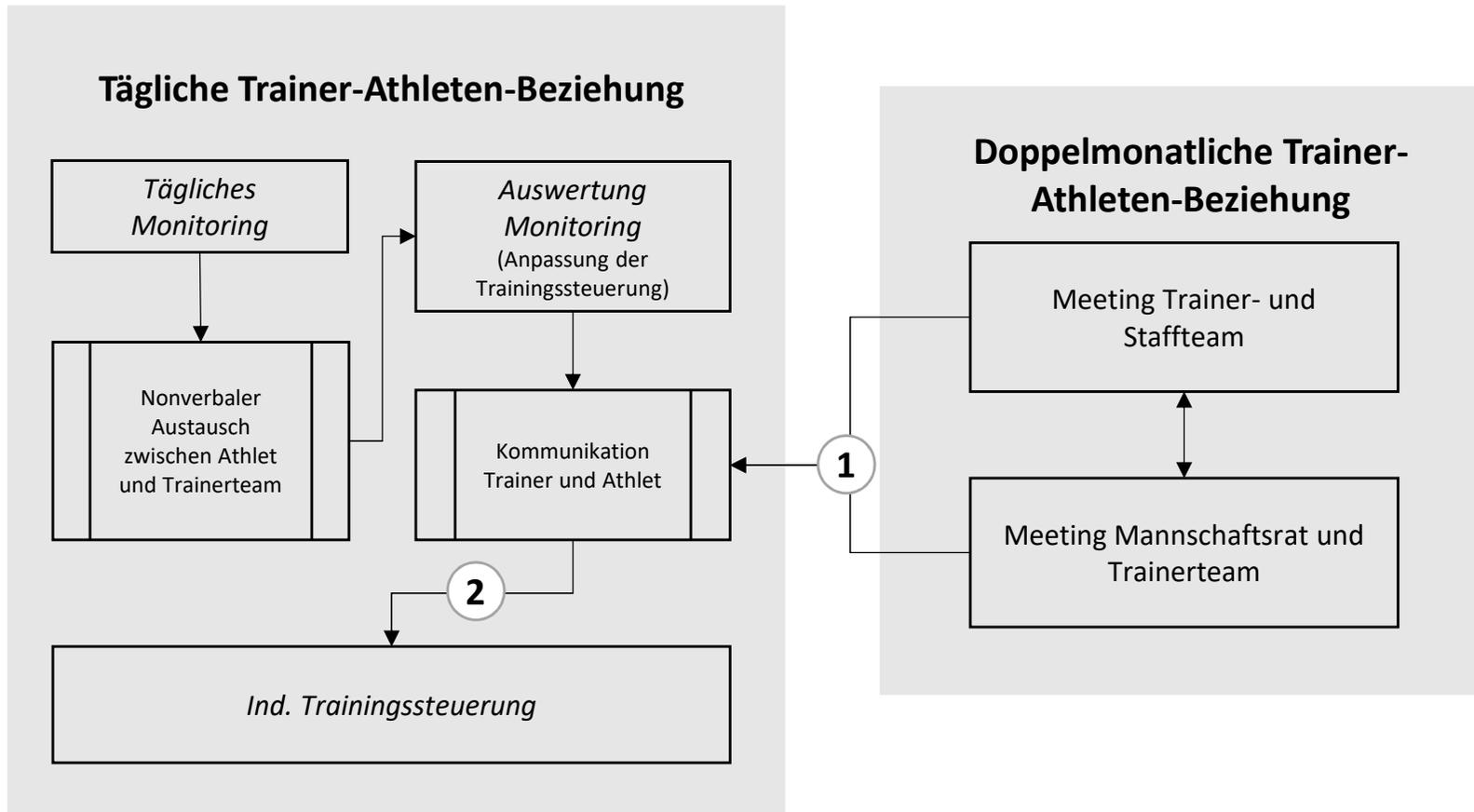


Der mündige Athlet

Trainer-Athleten-Beziehung



- 1** Psychologische Unterstützung durch externen Berater auf Spieler- und Trainerebene
- 2** **Phase des mündigen Athleten**
Der Athlet erhält vom Trainer seinen individuellen Trainingsplan inklusive Belastungssteuerung und Regenerationsempfehlung. Neben den verpflichtenden Trainingsinhalten bekommt der Athlet den Raum, sich zu entfalten und zu entscheiden, in welchem Umfang die Tagesempfehlung umgesetzt wird.

