

TURNIER NACHARBEITUNG

(!) Nimm das Protokoll und deinen Trainer zur Hilfe.

WAS LIEF GUT & WAS HAST DU DAZU BEIGETRAGEN?

1.

2.

3.

WAS KANNST DU TUN, DAMIT DIESE DINGE BEIM NÄCHSTEN TURNIER WIEDER GUT LAUFEN?

Ich mache _____ bis zum _____

WAS KANNST DU VERBESSERN?

1.

2.

3.

WIE KANNST DU DIE EINZELNEN PUNKTE VERBESSERN?

Ich verbessere 1. indem ich _____ bis zum _____

Ich verbessere 2. indem ich _____ bis zum _____

Ich verbessere 3. indem ich _____ bis zum _____

Tipp: Teile deine Verbesserungen in mehrere kleinere Schritte auf und schreibe dir Erinnerungen, um an deinen Reittagen gezielt an diesen Sachen zu arbeiten.

WAS HAST DU GELERNT?

1.

2.

3.

Tipp: Schreibe diese Dinge (gedankliche Bilder oder Wörter) in deine Notizen und ließ diese Liste vor dem nächsten Turnier durch.

WAS IST DAS NÄCHSTE ZIEL?

DEINE NOTIZEN:



DU HAST FRAGEN?

Melde dich gerne bei mir! Ich freuen mich über deine Kontaktaufnahme.
Alle weiteren Informationen unter: www.celinabodstangen.com

Direkt zur Website

