

Grundsätze der Leistungssteuerung

Leistungssteuerung lässt sich im (Golf-)Sport nur sehr schlecht nach einem Rezept kochen. Es ist vielmehr ein gezieltes Zusammenfügen bestimmter Zutaten, die sich im richtigen Mix zu einem hervorragenden Ergebnis zusammenfügen.



Leistungssteuerung

Grundsätze der Leistungssteuerung

Erfolg durch Spielfreude

Golf als Wettkampf ist ein Sportspiel, welches die technomotorischen Abläufe „nur“ als Mittel zum Zweck hat, nämlich um den Anforderungen des Spiels, seiner Regeln und des Golfplatzes mit einer optimalen individuellen Spielstrategie und variablen Turnier-, Runden-, Loch-, und Schlagtaktiken begegnen zu können und damit letztlich erfolgreicher zu sein als der Gegner oder die Konkurrenten. Im Gegensatz zu konditionell determinierten Sportarten und Disziplinen ist die Variation der Grundbewegung oder Teilen davon im Golf immanent, die Masse an Entscheidungsalternativen ein Kennzeichen von Golf und die Breite des Repertoires erfolgsbestimmend. Dies setzt die Lust und den Mut des Golfers zum Explorieren und den richtigen Umgang mit dem Ergebnis voraus. Abweichungen vom motorischen Ideal ergeben sich, bieten gleichzeitig Chancen und werden in diesem Sinne im Training bewusst herbeigeführt. Spielfreude und die Entwicklung des Spielverständnisses braucht im Training individuelle Freiräume, um die mannigfaltigen Bewegungslösungen auf die unzähligen Aufgaben des Spiels im großteilig unterbewussten Erfahrungsschatz abzuspeichern.

Systematischer Leistungsaufbau

Trainer und Betreuer

Einheit von Wettkampf, Training und Förderung

Altersgerechte Entwicklung

Individualisierung

Selbststeuerung des Athleten

Erfolgsorientierung

Informationen zum Text

Breiten-&Leistungssport

Ansprechpartner



Deutscher Golf Verband e.V.
Wiesbaden

 serviceportal@dgv.golf.de
 0611 99 020 0