

Undskyldninger, bortforklaringer og ubehag

eller, alt det vi gør, der forhindrer os fra at præstere som vi vil

Bordtennis Danmark inviterer spillere, forældre og trænere til en aften hvor vi prøver at svare på et spørgsmål: hvad kræver en mental indsats på topniveau af atleten og dem rundt omkring ham/hende?

Hvad for en slags aften er det her?

Det er en aften hvor vi vil prøve at fortælle hvad der egentlig ligger bag en stærk mental indsats og præstation. Hvad det egentlig vil sige, at man fokuserer på indsats frem for resultat. Hvorfor pres er noget man skal lære at leve med, og ikke noget man kan slippe for, hvis man vil opnå noget stort.

Og vi kommer til at tale om undskyldninger og bortforklaringer: hvad de er, hvor ofte vi kommer til at bruge dem uden at tænke over det, og hvor nemt det sker at vi som står ved siden af atleten leverer dem til atleten, og dermed forhindrer dem i at vokse og udvikles.

Hvem retter det her sig til?

Den her dag retter sig til alle der har deltaget ved Bordtennis Danmarks karrieredage, er en del af landsholdsarbejdet på ungdomssiden og/eller de ugentlige talenttræninger i Idrættens Hus i Brøndby.

Oplæg og oplægsholdere

Der er tre oplægsholdere, som hver især byder på et unikt og vigtigt perspektiv:

Anders Lind kommer til at stå for atletens perspektiv;

Jonas Staun Pallesen fra Team Danmark for det sportspsykologiske perspektiv;

Linus Mernsten kommer til at tale ud fra trænerens perspektiv.

Velkommen til en aften hvor vi taler klarsprog, om hvad det vil sige at være mentalt stærk!

Dato og tid:

Torsdag 27. november kl.
18.30 – 20.30

Sted:

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
2605 Brøndby

Pris:

Kr. 95 pr. person.

Inviterede:

Tidligere deltagere ved karrieredagene, alle der på nuværende tidspunkt er en del af ungdomslandsholdene eller Bordtennis Danmarks talenttræning, samt spillernes klubtrænere og pårørende.

Tilmelding:

Gøres via Place2Book på [følgende link](#) eller med QR-koden – senest d. 20. november!

