



Trainingskultur

FRIENDSHIP

**Zusammen machen
wir Fortschritte**

- Ich pflege meine Freundschaften im und ausserhalb des Trainings.
- Ich lebe meine Begeisterung und reisse andere mit.
- Ich fördere den Teamgeist. Er macht uns stark.
- Ich unterstütze die anderen wo immer ich kann.
- Ich habe Spass im Training, bleibe aber stets fokussiert.

RESPECT

**Verantwortung übernehmen
für mich und andere**

- Ich bin kritikfähig.
- Ich pflege eine konstruktive Feedbackkultur im Training.
- Ich höre aufmerksam zu, wenn eine Ansage gemacht wird.
- Ich bin selbst für meinen Fortschritt verantwortlich.
- Ich verkörpere Fair-Play durch und durch.
- Ich trage Sorge zu Material und Umwelt.
- Ich bin selbstbewusst, aber stets bodenständig und respektvoll.

EXCELLENCE

**Wir geben immer
unser Bestes**

- Ich nutze die knappe Zeit im Training so effizient wie möglich.
- Ich spiele 100%, auch bei Trainingsmatches.
- Ich bin ein:e guter Zuspeler:in.
- Ich Sorge für höchste Qualität bei jeder Übungs- und Spielform.
- Ich lerne aus meinen Fehlern.
- Ich versuche mich stets zu verbessern, auch bei repetitiven Übungen.
- Ich bin neugierig und lernwillig.