



Tankesätt för våra spelare!

"Jag vill vara en god vän och bidra med glädje i gemenskapen. Allt det jag säger och gör påverkar alla i min omgivning. Jag bryr mig om andra och är hjälpsam."

"Hur mycket (eller hur lite) jag utvecklas handlar om vad jag gör och inte gör. Jag bär huvudansvaret för min egen insats och ansträngning på träningar."

"Jag delar med mig kunskap och strategier om både framgång och misslyckande. Vi lär och utvecklas bäst när vi ständigt pratar om hur vi hanterar goda och mindre goda prestationer."

"Jag har en tydlig spelplan om vad jag vill uppnå i varje boll och jag är särskilt uppmärksam på vad som fungerar bra i spelet, innan jag problematiserar vad som inte fungerar."

"Mina tankar och känslor fungerar som förstöringsglas under matcher. Sättet jag tänker och känner påverkar de beslut jag tar, som i sin tur påverkar mina prestationer."

"Min utveckling är beroende av medspelaren på andra sidan av bordet. Träningens kvalitet beror alltid på min egen insats och av att jag ger positiv feedback när den andre gör något bra."

"Hur mycket (eller hur lite) jag utvecklas sker alltid i förhållande till de mål jag sätter. Jag kommer alltid väl förberedd till träningen och gör en insats för att nå målen."

"Det finns alltid något jag kan lära av oberoende av vem jag tränar med. Jag ser till att utmana mig själv genom att spela på min medspelares styrkor."