



Stephan KÖNIG

ERFOLGSPROGRAMME

Schüler & Studenten - Beruf & Privat – Unternehmen

Aus der Praxis:

Erfolgreiche Unterstützung bei Marathon und Verbesserung der Bestleistung

Die Ausgangssituation:

Erster Termin am 13.10.2007

Eine erfahrene Sportlerin kam zu unserem Quantec-Vortrag. In diesem Zusammenhang schilderten wir einige Fallbeispiele und Einsatzmöglichkeiten – unter anderem auch im Leistungssport. Dies machte sie neugierig und somit kamen wir diesbezüglich ins Gespräch. Ihr Anliegen war, dass sie wegen gelegentlicher Schmerzen im Knie die letzten Monate nicht so ausgiebig trainieren konnte und in ein paar Tagen ein Marathonlauf in München stattfindet. Da sie das Gefühl hatte nicht optimal trainiert zu sein, wisse sie nicht wie es ihr dabei ergehen wird.

Wir teilen ihr mit, dass wir sie diesbezüglich gerne unterstützen würden. Jedoch könnten wir nicht zusagen, ob dies so kurzfristig zu dem gewünschten Erfolg kommen wird. Die Unterstützung würde in Form einer Zielbesendung / Informationsübertragung durch Quantec erfolgen. Nach näherer Erläuterung der Vorgehensweise stimmte sie dem zu und wir haben eine Bedarfs-Analyse erarbeitet.

Diese berücksichtigte folgende Punkte:

- Ausdauer
- erfolgreicher Marathon
- Versorgung des Körpers und der Muskulatur
- Ruhe und Gelassenheit
- Selbstsicherheit und Optimismus

Ziel:

optimale Ausdauer und Erfolg für den Marathonlauf in München

Die einzelnen Einträge in der Bedarfs-Analyse konnte sie jetzt nachvollziehen und war sehr guter Dinge und gespannt wie die nächsten Tage verlaufen würden.



Stephan KÖNIG

ERFOLGSPROGRAMME

Schüler & Studenten - Beruf & Privat – Unternehmen

Resultat:

Unsere Arbeit mit Quantec hat auch hier einmal mehr seine Wirkung bewiesen!
Über das Ergebnis des Marathonlaufes waren wir alle sehr erfreut und tief berührt.
Sie hatte in aller Seelenruhe die Vorbereitungen getroffen und ist mit ihrem Mann nach München gefahren. Den gesamten Lauf hat sie gut durchgehalten – mit Kraftreserven und war voller Freude und Optimismus. Konditionell fühlte sie sich nicht überfordert. Sie wurde zusätzlich noch belohnt, da sie ihre persönliche Bestzeit an diesem Tag um 10 Minuten verbessern konnte.

Vielen Dank
Stephan König