

Inhalt

Über die Autoren	7
Vorwort Annika Zimmermann: Weil ich gut bin in dem, was ich tue	9
1. Startschuss	13
1.1 Einleitung Andreas Klement	14
1.2 Einleitung Thomas Lurz	19
2. Mannschaftssport	21
2.1 Julius Brink: Die innere Flamme liefert Selbstmotivation, die Reflexionsgabe den Erfolg	24
2.2 Martin Strobel: Durchsetzungskraft als Schlüssel zum Erfolg	42
2.3 Felix Danner: Motivation findet sich nur in einem selbst	58
2.4 Think-Gold-Transfer Mannschaftssport	71
3. Einzelsport	79
3.1 Frank Busemann: Das Leben ist ein Mehrkampf	83
3.2 Nadine Apetz: Erfolg beginnt im Kopf	95
3.3 Laura Philipp: Die Komfortzone zu verlassen, ist die Belohnung	111
3.4 Sandra Völker: Von anderen Erfolgreichen lernen	123
3.5 Think-Gold-Transfer Einzelsport	144
4. Frauenfußball	157
4.1 Anike Krahn: Höhen und Tiefen sind eine Weiterentwicklung	165
4.2 Laura Benkarth: Spaß und Leidenschaft bringen Motivation	180
4.3 Alexandra Popp: Vielseitigkeit als Erfolgsfaktor	196
4.4 Think-Gold-Transfer Frauenfußball: Mehr Frauen an die Spitze	214
5. Paralympics: Starke Vorbilder abseits des Mainstreams	225
5.1 Mathias Mester: GROSS denken	227
5.2 Paralympics – ein kurzes Schlusswort	240
Finale	243
Danksagung	247
Literaturliste und Bildnachweise	248