

## „Der Weg zum Erfolg“

Am Dienstag, den 23.01.17 verrät Olympiasieger Frank Wieneke auf einer zweistündigen Veranstaltung (organisiert vom Sport-Projektkurs der Jgst Q1) rund 100 SchülerInnen seine Motivationsstrategie. Der Weg zum Erfolg erfordere schließlich eine Menge Disziplin.

In seiner Präsentation äußert sich Olympiasieger Frank Wieneke zu seiner persönlichen Überzeugung, was notwendig für einen nachhaltigen Erfolg im Sport sei. Frank Wieneke gewann die olympischen Spiele 1984 im Judo und konnte auch vier Jahre später mit einer Silbermedaille überzeugen. Mit diesem Erfolg gab er sich aber nicht zufrieden. Er versuchte härter und vor allem anders als alle anderen zu trainieren, denn: „Wer nur so trainiert wie alle anderen, kann auch nur so gut wie alle anderen werden.“ Frank Wieneke spricht aus eigener Erfahrung. Er selbst musste sich zuerst einen Weg bahnen, der ihm nachhaltigen Erfolg einbrachte. Daher prägen seine Aussagen auch noch heute seine erfolgreiche Laufbahn. Heute ist Frank Wieneke (56 J.) noch als Trainer aktiv und versucht seine SchülerInnen von seiner harten, aber effektiven Trainingsstrategie zu begeistern.

Weitere Ratschläge, die er vermitteln möchte, sind, sich durch Misserfolge nicht entmutigen zu lassen, denn vergangene Dinge könne man nicht mehr ändern. Bei Misserfolg sollte man nach eigenen Fehlern suchen, um an sich selbst arbeiten zu können.

Für ihn sei wichtig, sich mit vollem Einsatz auf kommende Herausforderungen zu fokussieren.



Berkin Güls