

Øvelse – tabel til uddeling

Hvor stor betydning (i procent) mener du, hver af de fem færdigheder har for den optimale præstation i din sportsgren?

Færdigheder	Fordeling til træning	Fordeling i konkurrence/ kamp	Optimal fordeling generelt
v1) Taktik	%	%	%
2) Fysik	%	%	%
3) Teknik	%	%	%
4) Mental	%	%	%
5) Life-Skills	%	%	%
I alt	100%	100%	100%

