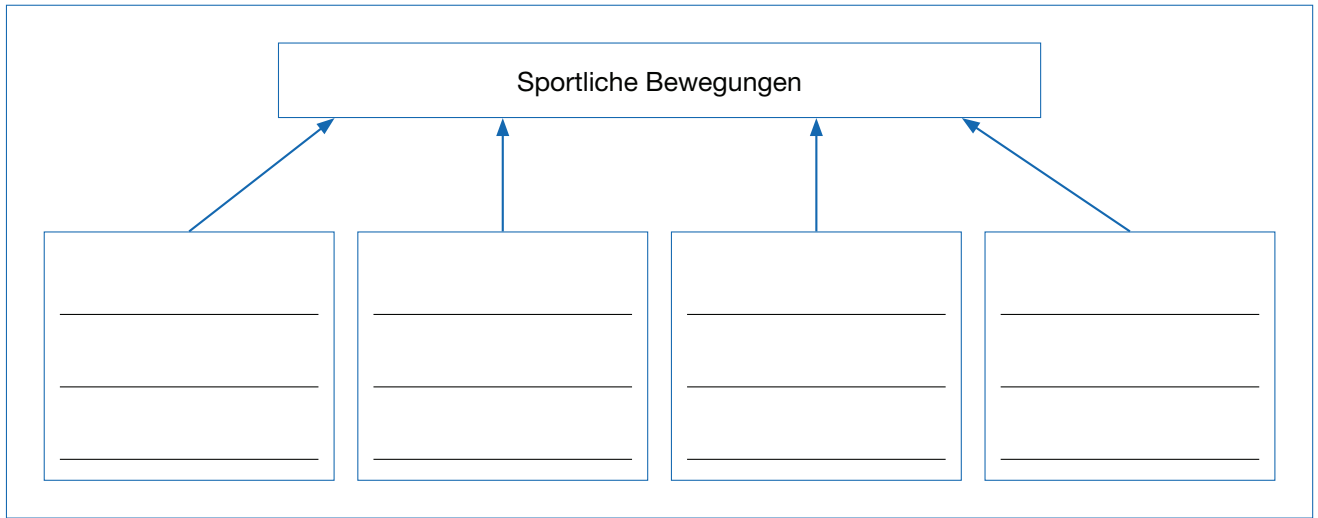
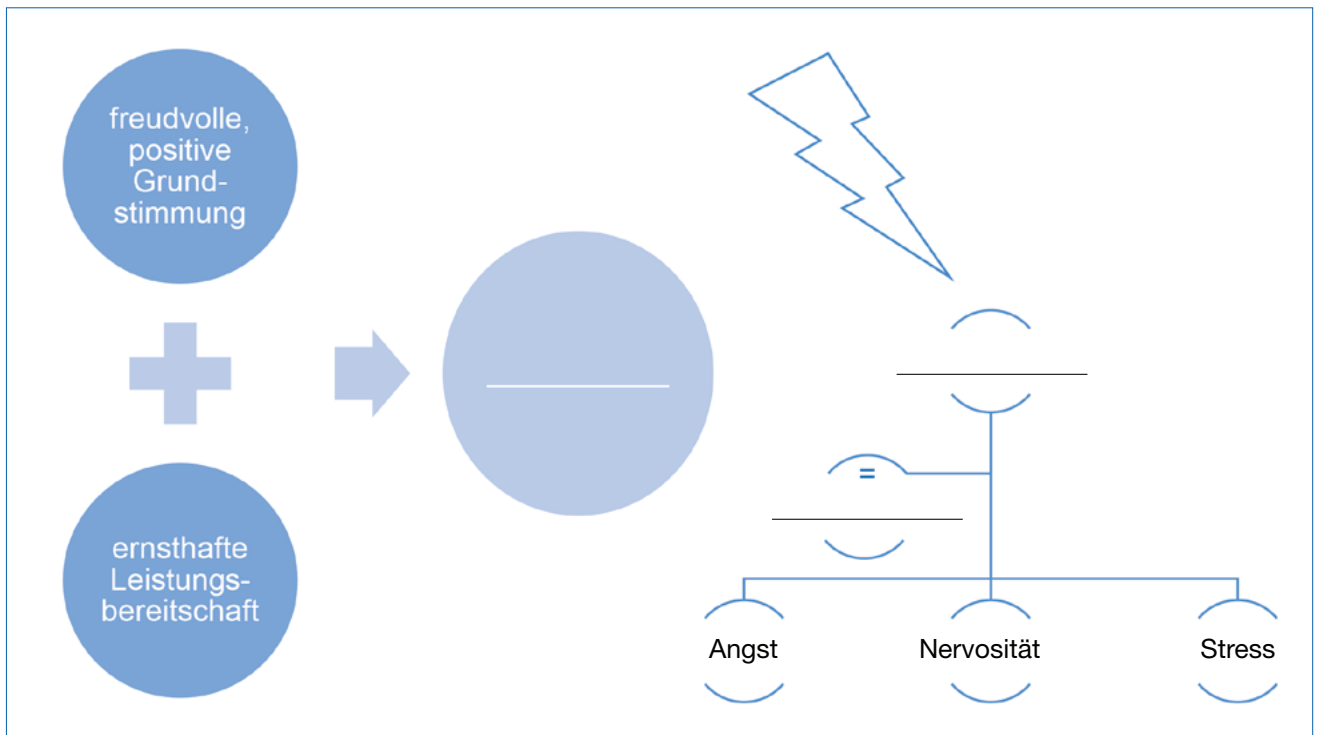


## 21 Emotionen im Sport



### 21.1 Freude, Vergnügen und Zufriedenheit

Freude und Spaß sind für Menschen \_\_\_\_\_, die für einen Sportler wichtig sind, damit er \_\_\_\_\_ erbringen kann.



## 21.2 Angst, Nervosität und Stress

### 21.2.1 Angstauslöser

---

---

---

### 21.2.2 Folgeängste des Gleichgewichtsverlustes bei einem Skifahrer

Fahranfänger im Skisport

→

Angst vor einem Sturz

→

Folgeängste

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Wie können Folgeängste vermindert werden?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

