

## **Motion – Mental utveckling, motivation och hållbart ledarskap**

Yrkande

Årsmötet beslutar att klubben ska arbeta strukturerat med mental utveckling och motivation i pingisverksamheten.

Arbetet ska omfatta:

- att bygga självförtroende hos unga spelare,
- tävlingspsykologi anpassad för pingis,
- mental styrka i match och träning,
- ledarens egen mentala hållbarhet,
- hantering av misslyckanden, motgångar och utveckling, samt
- motivation i vardagsträningen.

Syftet är att skapa trygga, motiverade spelare, minska nervositet i matchsituationer och ge ledare stöd för ett långsiktigt och hållbart ledarskap.

Styrelsen ges i uppdrag att avgöra form och omfattning för genomförandet utifrån klubbens förutsättningar.

Andreas Nyström

---

### **Styrelsens yttrande:**

Styrelsen yrkar på bifall.