

Inhaltsverzeichnis

1	Einstieg in das Thema	1
1.1	Relevanz und Ausgangssituationen	2
1.2	Erläuterung der vier Themenblöcke	3
1.3	Vorteile, Merkmale und Voraussetzungen für erfolgreiche Teamarbeit	6
1.4	Grenzen der Teamarbeit	8
1.5	Definition von Teams im Sport	9
2	Kennzeichen von Teams im Leistungssport	13
2.1	Teamgeist und Zusammenhalt	13
2.2	Rahmenbedingungen und Regeneration	15
2.3	Ziele und messbare Erfolge	16
2.4	Flexibilität	18
3	Handlungsempfehlungen	21
3.1	Teamgeist und Zusammenhalt	22
3.2	Rahmenbedingungen und Regeneration	23
3.3	Ziele und messbare Erfolge	25
3.4	Flexibilität	27
4	Zusammenfassung	29
4.1	Theoretischer Teil	29
4.2	Kennzeichen von Teams aus dem Leistungssport	29
4.3	Handlungsempfehlungen	31
5	Ausblick	33
	Literatur	37