**MÅLSÄTTNINGSOKUMENT ATL 2013**

-Ifylles av och endast av spelaren

Namn:

Datum:

**SPELIDENTITETS MÅL**

Vilken typ av spelidentitet är jag/ vill jag bli? ( Attack, kontring, säkerhets spelare, gör gärna liknelse med något proffs )

**KORTSIKTIGA MÅL & PROCESS MÅL**

Vad vill du jobba extra med och utveckla under kort tid samt dina tankar kring detta?

Hur vill du att tränarna ska jobba med dig för att du ska utveckla ditt spel?

Resultat mål? Vad är rimligt att uppnå i tävlingssammanhang?

Ranking mål?

**MEDELLÅNGA MÅL**

Var hoppas du att du är med din tennis om 6 månader?

Resultat, spelidentitet, fysiskt, mentalt?

**LÅNGIKTIGA MÅL**

Målet med den tiden jag lägger ner på all träning är att jag om 2- 3 år:

**MIN DRÖM**

Min absoluta dröm är att jag om 5 -7 år:

Om min dröm inte blir sann hoppas jag:

Övriga kommentarer kring träningarna/tränarna:

Skriv ut och lämna till Rikard.