

PROTECT YOUR S(P)EED

Ausgabe 1 — Willkommen

PROTECT YOUR SPEED

KOSTENLOS | ÖFFENTLICH

Launch-Tag — Gepinnter Post

WILLKOMMEN BEI PROTECT YOUR SPEED

Wir starten — und hier ist, worum es geht

TEASER (für Nicht-Mitglieder sichtbar)

Fundierte Wissen über Nachwuchsleistungssport — verständlich, auf Deutsch, direkt anwendbar. Für Eltern und Coaches im Triathlon und Schwimmen. Hier startet PROTECT YOUR SPEED.

Worum es geht

Mein Name ist Jens Kleinert. Ich bin Coach im Triathlon- und Schwimm-Nachwuchs, Ausbilder der Deutschen Triathlon Union und seit vielen Jahren begeisterter Leser von Paul Gamble — einem der weltweit tiefendsten Denker über Nachwuchsathletenentwicklung. Aus dieser Kombination ist PROTECT YOUR SPEED entstanden: ein Ort, an dem Eltern und Coaches fundierte Wissen bekommen — verständlich, praxisnah, auf Deutsch.

Was das System falsch macht

Kinder im Leistungssport brauchen mehr als gutes Training. Die Forschung ist eindeutig: Frühspezialisierung schadet häufiger als sie nützt. Junioren-Medaillen sagen wenig über spätere Seniorenkarrieren aus. Und die meisten Abbrüche im Jugendsport passieren nicht trotz Talent — sondern wegen eines Systems, das kurzfristige Ergebnisse über langfristige Entwicklung stellt.

Was du jeden Monat bekommst

Artikel zu Athletenentwicklung, Sportparenting und Sportartspezifik (Schwimmen, Triathlon)

Checklisten und Tools, die du sofort nutzen kannst

Reflexionsmaterialien für Eltern, Coaches und Athleten

Antworten auf eure Fragen — ehrlich und evidenzbasiert

Die drei Mitgliedschaftsebenen

BASIS (7 €/Mo): 2 Artikel, Community-Zugang, Archiv

STANDARD (15 €/Mo): 4 Artikel, Infografiken, Checklisten, Q&A-Dokument

PREMIUM (27 €/Mo): Alles aus Standard + Deep-Dive-PDFs, Live-Q&A, Coach-Ressourcen

Womit wir anfangen

Wir beginnen mit dem Sommer. Nicht weil der Sommer Pause bedeutet — sondern weil er eine der wichtigsten und am meisten unterschätzten Entwicklungszeiten im Nachwuchssport ist. Die nächsten vier Wochen drehen sich um Reflexion: Was war diese Saison? Was braucht dein Kind als nächstes? Und was kannst du als Elternteil oder Trainer konkret anders machen? Ich freue mich auf den Austausch mit euch.