

All In 2013

Final Destination 2012 
Challenge 2011 
Turnaround 2010 

*„Alles Große in unserer Welt geschieht nur,
weil jemand mehr tut, als er muss!“*

14 Prinzipien für Champions – Principles for Champions

Immer wenn eine Gruppe von Menschen erfolgreich ein gemeinsames Ziel erreichen möchte, muss diese Gruppe von Menschen sich gemeinsame Grundsätze auferlegen, wie sie dieses Ziel erreichen möchte.

1. Wir sind pünktlich! – We are on time!

Treffpunkte zu Training, Spiel oder anderen offiziellen Anlässen werden eingehalten. Dazu gehört auch, dass wir 15 Minuten vor dem zweiten Spiel eines Double-Headers wieder auf dem Feld oder im Dugout sind, um uns vorzubereiten. Gespräche mit Freunden und Familie können wir wieder nach dem Spiel weiterführen.

2. Schule, Studium, Ausbildung oder Beruf gehen vor! – School, studies, education or job duties are first!

Da wir keine Profi-Mannschaft sind gehen die oben genannten Dinge natürlich immer vor. Absehbare Kollisionen werden im Vorfeld kommuniziert, kurzfristige Verhinderungen werden per Mail und/oder per Handy mit dem Coaching-Staff kommuniziert.

Jeder versucht aber sein privates Leben so gut es geht um die Mannschaftsaktivitäten herum zu planen.

3. Wir trainieren in der Saison als Mannschaft nur 2,5 - 3 Mal pro Woche! – We practice as a team 2,5 times a week!

Als Mannschaft werden wir in der Saison Dienstag und Donnerstag trainieren. Freitags machen wir optionales BP. Aus diesem Grund wird die Anwesenheit wesentlich höher sein. Zwei Trainingseinheiten mögen aber für einen Großteil der Mannschaft zu wenig sein. Wer an seinen individuellen Fähigkeiten arbeiten will, kann sich mit anderen Team-Kameraden zusammentun und sich verbessern. Für National- und Auswahlspieler sind die zwei Trainingseinheiten definitiv zu wenig. Es liegt in der Verantwortung des Spielers sich freiwillig mit anderen zu verabreden und zusätzliche Trainingseinheiten zu absolvieren.

4. Die Trainingseinheiten werden kurz, effizient und professionell sein! – Practice sessions are short, efficient and professional!

Zu lange Trainingseinheiten sind uneffizient und langweilen. Deswegen werden unsere Einheiten kurz, effizient und professionell sein. Es liegt in der Verantwortung des Coaching-Staffs aber auch jeden Spielers das Maximale in der gegebenen Zeit herauszuholen.

5. Zugeteilte Aufgaben werden erfüllt! – Assignments will be fulfilled!

Baseball ist ein Mannschaftssport mit vielen Aufgaben, die uns helfen werden ein Spiel zu gewinnen. Jedes Team-Mitglied wird seine zugeteilten Aufgaben während des Spiels, des Trainings und in der Spiel-Vor- und –Nach-Bereitung (Platz aufräumen) erfüllen.

6. Diskussionen über zugeteilte Aufgaben werden nie während des Trainings oder des Spiels diskutiert! – Discussions about assignments will never be discussed during practice or during games!

Während des Trainings aber vor allem während des Spiels haben wir keine Zeit über die zugeteilten Aufgaben zu diskutieren, weil wir uns da auf das Gewinnen konzentrieren müssen. Sollte bzgl. der Aufgabenverteilung Diskussionsbedarf bestehen, findet ein Gespräch zwischen Coaching-Staff und Spieler nach dem Training oder nach dem Spiel statt.

7. No Fingerpointing!

Wir sind alle Menschen und Menschen machen Fehler. Wir werden im Laufe der Saison eine ganze Reihe von Fehlern machen. Es geht bei der Analyse der Fehler allerdings nicht darum den „Schuldigen“ zu identifizieren und ihn vor der Mannschaft bloßzustellen, sondern darum so schnell wie möglich aus dem Fehler zu lernen.

Der Mannschaft ist also nicht geholfen, wenn wir Einzelne vorführen und mit dem Finger auf sie zeigen. Wir sollten vielmehr versuchen zu helfen und zu unterstützen, damit wir die Fehler nicht lange wiederholen.

8. Wir äußern Kritik professionell! – We criticize professionally!

Immer wenn eine Gruppe von Menschen zusammenarbeitet, wird es an bestimmten Stellen Kritik geben. Das ist richtig und gut, denn professionelle Kritik wird uns helfen, uns und unsere Leistungen zu verbessern.

Kritik wird sachlich, ruhig, professionell und nie persönlich, emotional oder angreifend formuliert. Kritik an Einzelnen wird nicht in der Gruppe geäußert, sondern im direkten Gespräch.

9. Wir nehmen professionelle Kritik an! – We take criticism professionally!

Zu einer guten und hilfreichen Kritikkultur gehört auch, dass wenn professionelle Kritik an uns herangetragen wird, dass wir diese annehmen und uns damit auseinandersetzen.

10. Wir spielen mit Stolz, Spaß, Aggressivität und einem hohen Maß an Einsatz! – We are playing with pride, fun, aggressiveness and a high level of dedication!

Wir tragen die Capitals-Uniformen mit Stolz und Würde. Baseball macht Spaß und wir genießen es, wenn wir als Mannschaft aggressiven Baseball spielen, wenn wir hustlen, sliden, diven und jedes doubleplay aufbrechen, wenn wir Hit-By-Pitches nehmen, jeden geschlagenen Ball auslaufen und jedem Ball hinterher hechten. Wenn wir das machen, werden wir viel Spaß haben. Dadurch werden garantiert unsere Ergebnisse besser und die Gegner und Zuschauer werden das auch respektieren.

11. Wer einen guten Job macht, wird belohnt! – Whoever does a good job will be rewarded!

Wir sehen als Mannschaft, wenn jemand eine gute Leistung bringt, wenn er Einsatz für die Mannschaft zeigt. Wir honorieren das indem wir in Loben und die guten Leistungen hervorheben.

12. Wir spielen und trainieren konzentriert! – We practice and play concentrated!



Da bedeutet, dass wir uns weder während der Trainingseinheiten aber vor allem nicht im Spiel von unseren Aufgaben ablenken lassen. Familie und Freunde haben ihren Platz nach dem Spiel.

13. Wir kommen gut vorbereitet! – We come well prepared!

Wir kommen nüchtern und gut ausgeschlafen zum Spiel. Nur so können wir dem Team optimal helfen zu gewinnen.

14. Wir sind loyal! – We are loyal!

Loyalität bedeutet, dass alles was in der Mannschaft passiert auch dort bleibt. Es werden keine internen Geschichten nach außen (Presse, Facebook, andere Personen) getragen. Wir sind loyal auch gegenüber dem Verein Bonn Capitals, der unsere sportliche Heimat ist. Wir tragen unsere Uniformen mit Stolz.

Wir sind loyal gegenüber dem Coaching Staff. Der Coaching Staff ist loyal gegenüber der Mannschaft. Unsere Zusammenarbeit ist vom gegenseitigen Respekt geprägt!