

# Aneks

## Scenariusz wywiadu

- 1) Kiedy i dlaczego zaczęłaś biegać?
- 2) Jakie miałaś pierwsze sukcesy?
- 3) Jak wygląda codzienny trening?
- 4) Czym zajmujesz się oprócz biegania?
- 5) Jaką stosujesz dietę? Czy pijesz alkohol, kawę itp.?
- 6) Jaką rolę odgrywa trener?
- 7) Jakie inne osoby są ważne dla twojego trenowania?
- 8) Jak wygląda rywalizacja w środowisku biegaczek?
- 9) Jak radzisz sobie ze stresem?
- 10) O czym myślisz, kiedy biegiesz?
- 11) Czy potrafisz dać z siebie wszystko na zawodach?
- 12) Jak się motywujesz?
- 13) Jak reagujesz na sukces, a jak na porażkę?
- 14) Jak radzisz sobie z kontuzjami i jakie przeżyłaś?
- 15) Jaką funkcję pełnią dla ciebie nowe technologie?
- 16) Jakie jest twoje zdanie na temat dopingu?
- 17) Jak radzisz sobie z codziennym rygiorem i rutyną?
- 18) W jakim momencie treningowym znajdujesz się teraz?
- 19) Jak widzisz swoją przyszłość biegową / po zakończeniu kariery?