

Sprekt



– Jeg bruker psykologien hele tida i syklingen, men legger ikke så mye merke til det lenger. Det dreier seg om å tenke positivt, motivere seg og tenke på arbeidsoppgavene. Ha fokus på de rette tingene. Sykling handler mye om psykologi og taktikk.

Syklist og psykolog Trond Magne Heggland til Haugesunds Avis