

# Tipps fürs Durchhalten – nicht nur beim Sport

3-massgebliche-Kriterien-fuer-Erfolg [Herunterladen](#)

Hast du ein Ziel vor Augen, wo dein Durchhaltevermögen gefragt ist? Einen Lauf, eine längere Radtour oder sogar einen Marathon oder Triathlon? Wenn ja – bist du gut dafür gewappnet? Wir liefern dir geniale Tipps für deine Vorbereitungen zum Event und fürs Durchhalten beim Sport. Und finden interessante Parallelen zur Geldanlage!

Bei einem langen Lauf – wie zum Beispiel einem Marathon – kommt es meist irgendwann während des Streckenverlaufs zu einem kleineren oder größeren **Einbruch**. Ein Tief ist – auch wenn man noch so gut trainiert hat – auf einer langen Etappe meist vorprogrammiert. Wer auf diesen Punkt nicht **mental vorbereitet** ist, schafft die Distanz oftmals nicht. Er gelangt nicht an sein Ziel.



## Durststrecken gut

## überstehen

Bereitet sich ein Läufer allerdings gut vor und **visualisiert in seiner Vorstellung**, dass es immer wieder zu kurzen Flautes während der Strecke kommen kann, übersteht er diese Durststrecken weitaus besser. Das Tief, das kommt, ist ein für ihn **bekannter Gedanke**: Er weiß, was zu tun ist, kann gelassen bleiben und es wirft ihn nicht gleich aus der Bahn.

So ist es auch am **Kapitalmarkt**. Ist man gedanklich auf ein Kapitalmarktief vorbereitet und weiß, dass es am Markt ganz normal ist, hin und wieder mit Knicks im Chart rechnen zu müssen, hält man diese weitaus besser aus. Und man versteht schon bald: **Nach jedem Tief kommt auch wieder ein Hoch!** Dies ist beim Ausdauersport so und auch beim Fondssparen.

## Ein Pensum wählen, welches du durchhältst



Im Vorfeld sollte man sich die Frage stellen, welche Distanz man sich **zutraut**. Bei einem Staffellauf beispielsweise sind verschiedene Streckenlängen wählbar. Welche Etappe kann ich schaffen, welche passt zu mir?

Die **persönliche Ausdauer** und das eigene Empfinden sind Maßstäbe, mit denen man diese Fragen gut beantworten kann. Eine Strecke, die einen überfordert, führt zum Misserfolg. Das kann beim Laufen ein gesundheitliches Risiko bedeuten, beim Fonds einen Verlust.

Beim Sport sowie in der Wertpapierveranlagung ist also eine **gute Selbsteinschätzung** unerlässlich. Wählt man die geeignete Strecke bzw. das passende Produkt, wird man beim Laufen mit Erfolg belohnt und beim Veranlagen mit **Ertragschancen**.

## Die Entscheidung für das Richtige

Was beim Sport Kondition und Ausdauer sind, sind bei der Fondsveranlagung **Risikobereitschaft** und **Veranlagungszeit**. Wichtig dabei ist, dass man sich – wie beim Laufen mit dem gesteckten Ziel – beim Wertpapier mit dem gewählten Produkt **wohl fühlt**.

Nimm dir deshalb genügend Zeit für deine Fondsauswahl. Wie beim Sport gibt es auch bei den Wertpapieren eine breite Palette an Möglichkeiten – der FondsFinder hilft dir bei der Auswahl! Oder du holst dir – wie für große Ziele beim Sport – auch bei deinen Geldfragen einen **Coach**: Lass dich beraten!

Bei den Raiffeisen-Fonds sind pro Fonds die verschiedenen Zeiten der **Mindestbeholdedauer** angegeben, als Orientierungshilfe für dich. Die Mindestbeholdedauer gibt an, in welchem Zeitraum ein Fonds kleinere, aber auch größere Kursschwankungen ausgeglichen haben sollte – wobei wir darauf hinweisen, dass Kapitalverluste trotzdem nicht ausgeschlossen werden können. Deine Veranlagungszeitraum sollte mindestens solange sein, wie die empfohlene Mindestbeholdedauer.

Die Raiffeisen-Strategiefonds haben zum Beispiel eine empfohlene Mindestbeholdedauer von 5, 8 bzw. 10 Jahren. Diese Zeitspanne orientiert sich am Kursrisiko des jeweiligen Fonds. Ein wichtiger Faktor für die möglichen Kursschwankungen ist der jeweilige Aktienanteil – je höher dieser ist desto höher können Schwankungen ausfallen und desto länger sollte der Anlagehorizont bzw. die geplante Anlagedauer sein. Bei den Raiffeisen-Strategiefonds ist der Aktienanteil unterschiedlich hoch und daraus ergeben sich die verschiedenen Mindestbeholdedauern.

## Durchhalten lohnt sich!



Wer vor rund 20 Jahren zum Beispiel in die Raiffeisen Strategiefonds, den Raiffeisenfonds-Ertrag, den Raiffeisenfonds-Wachstum oder den Raiffeisen-Active-Aktien, investiert und sowohl Kursschwankungen und Krisen als auch Hochphasen **durchgehalten** hat, konnte bei gleichbleibenden monatlichen Einzahlungen – dem sogenannten Fondssparen – eine durchschnittliche jährliche Performance **von rund 4 %** erzielen (Stand April 2022). Es hat sich also ausgezahlt, dranzubleiben. Allerdings lassen Performanceergebnisse der Vergangenheit keine verlässlichen Rückschlüsse auf die zukünftige Entwicklung eines Fonds zu.

Gut abwägen, nachfragen, dich für das richtige Ziel entscheiden – so perfekt vorbereitet packst du deine Strecke **fulminant** und passierst garantiert selbstbewusst dein **Ziel**.

*Dies ist eine Marketingmitteilung der Raiffeisen Kapitalanlage GmbH, Mooslackengasse 12, 1190 Wien. Erstelldatum: März 2019, aktualisiert: April 2022*

\*Aufgrund der Lesbarkeit verzichten wir im Text auf das Gendern. Sämtliche personenbezogene Bezeichnungen sind geschlechtsneutral zu verstehen.

**Ein Investmentfonds ist kein Sparbuch und unterliegt nicht der Einlagensicherung. Veranlagungen in Fonds sind mit höheren Risiken verbunden, bis hin zu Kapitalverlusten.**

*Die veröffentlichten Prospekte bzw. die Informationen für Anleger sowie die Kundeninformationsdokumente (Wesentliche Anlegerinformationen) der Fonds der Raiffeisen Kapitalanlage GmbH stehen unter [www.rcm.at](http://www.rcm.at) in deutscher Sprache bzw. im Fall des Vertriebs von Anteilen im Ausland unter [www.rcm-international.com](http://www.rcm-international.com) in englischer (gegebenenfalls in deutscher) Sprache bzw. in Ihrer Landessprache zur Verfügung.*

**Im Rahmen der Anlagestrategie des Raiffeisenfonds-Sicherheit, des Raiffeisenfonds-Ertrag und des Raiffeisenfonds-Wachstum kann überwiegend (bezogen auf das damit verbundene Risiko) in Derivate investiert werden.** Es ist die Anlagestrategie des Raiffeisenfonds-Sicherheit, des Raiffeisenfonds-Ertrag und des Raiffeisenfonds-Wachstum, überwiegend in anderen Investmentfonds anzulegen. Die Fondsbestimmungen des Raiffeisenfonds-Sicherheit, des Raiffeisenfonds-Ertrag und des Raiffeisenfonds-Wachstum wurden durch die FMA bewilligt. Die Fonds können mehr als 35 % des Fondsvermögens in Wertpapiere/Geldmarktinstrumente folgender Emittenten investieren: Deutschland, Frankreich, Italien, Großbritannien, Schweiz, Vereinigte Staaten von Amerika, Kanada, Australien, Japan, Österreich, Belgien, Finnland, Niederlande, Schweden, Spanien.

Im Rahmen der Anlagestrategie des Raiffeisen-Active-Aktien kann überwiegend (bezogen auf das damit verbundene Risiko) in Derivate investiert werden.

Der Fonds weist eine erhöhte Volatilität auf, d.h. die Anteilswerte sind auch innerhalb kurzer Zeiträume großen Schwankungen nach oben und nach unten ausgesetzt, wobei auch Kapitalverluste nicht ausgeschlossen werden können.

Es ist die Anlagestrategie des Fonds überwiegend in andere Investmentfonds anzulegen.

**Raiffeisen Capital Management** steht für Raiffeisen Kapitalanlage GmbH oder kurz Raiffeisen KAG

Bildquelle: shutterstock