



[www.prosport-sigriswil.ch](http://www.prosport-sigriswil.ch)

## Jahresbericht08-09:

**Termine für Abgabe:**

**Quartalsberichte: auf ende der Monate März, Juni, September und Dezember!**

**Jahresbericht: 2 Wochen vor der HV!**

<b>Bericht vom: Jahresbericht 2008/ 2009</b>	
<b>Aktuelle Kadereinteilung:</b>	<b>Kantonaler Kranzschwinger</b>
<b>Absolvierte Wettkämpfe:</b>	<b>Saison 2008</b>
<b>Bevorstehende Wettkämpfe:</b>	<b>Saison 2009</b>
<b>Sportliche Erfolge:</b>	<b>Kranz am Oberländischen und Berner Kant. Schwingfest. Gute Leistungen am Brünig und Schwarzsee wie auch an den kleineren Schwingfesten.</b>
<b>Sportliche Bestleistung:</b>	<b>Berner Kant. Schwingfest. Sieg über die Eidgenossen Sempach Thomas und Graber Willy</b>
<b>Gesetzte Ziele:</b>	<b>Einen Kranzgewinn</b>
<b>Ziele erreicht:</b>	<b>Ja, über das Ziel :-)</b>

<b>Ziele nächstes Quartal:</b>	<b>Gute Vorbereitung auf die kommende Saison 2009 Gut Schwingen und an jedem Fest mein bestes geben! Ein oder auch mehrere Kranzgewinne!</b>
<b>Positives ☺:</b>	<b>Die zwei Kränze von der letzten Saison haben mir sehr viel Selbstvertrauen für das 2009 gegeben! Einzug in das Kaderteam des BKS (BernerKantonalSchwingerVerband). Provisorisches Trainings- team für das Eidgenössischen 2010 in Frauenfeld.</b>
<b>Negatives ☹:</b>	<b>Saison Start 2008 etwas verschlafen:-))) Durch meinen Skiunfall im Dez. 2008 musste ich mein Training unterbrechen und kann erst jetzt wieder langsam mit meinem Kraft und Konditions- training beginnen. Ich hoffe sehr, dass ich in den nächsten Wochen mein Schwingtraining in angriff nehmen kann.</b>
<b>Persönliches Fazit:</b>	<b>Früher aufwachen :- ) und mehr an mich glauben!!!</b>
<b>Das muss ich noch sagen...</b>	<b>Danke an die Unterstützung, Pro Sport!</b>