



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

## Quartalsbericht

**Termine für Abgabe:**

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

**Jahresbericht: 2 Wochen vor der HVI**

<b>Bericht vom: 1. Quartal 2009</b>	
<b>Aktuelle Kadereinteilung:</b>	<b>BABE Regionalkader</b>
<b>Absolvierte Wettkämpfe:</b>	<b>2 Europacup in Ratschings ITA 2 Europacup in Kasberg AUT 2 Europacup + 1 FIS in Sils SUI 2 Europacup + 1 FIS in Adelboden SUI</b>
<b>Bevorstehende Wettkämpfe:</b>	<b>Momentan keine</b>
<b>Sportliche Erfolge:</b>	<b>Punkte an FIS und EC-Rennen</b>
<b>Sportliche Bestleistung:</b>	<b>14. Rang Europacup in Adelboden</b>
<b>Gesetzte Ziele:</b>	<b>Wollte in der ersten Europacup-Saison wichtige FIS-Punkte sammeln.</b>
<b>Ziele erreicht:</b>	<b>Habe einige Punkte gesammelt. Hätte aber insgesamt mehr erwartet. Ist oft auch ein Antasten und Kennenlernen des Europacup-Rhythmus gewesen. Oft hatte ich Probleme, einen Lauf ganz ohne Fehler ins Ziel zu bringe.</b>
<b>Ziele nächstes Quartal:</b>	<b>Da nun keine Wettkämpfe mehr anstehen, werde</b>

	<b>ich noch einige Snowboards für die nächste Saison testen. Und hoffe zwei geeignete und schnelle Bretter für das nächste Jahr zu finden☺</b>
<b>Positives ☺:</b>	<b>Obwohl ich von mir punktemässig etwas mehr erwartet hätte, ist es eine interessante Saison gewesen. Ich konnte auf der Europacuptour viele neue Leute kennen lernen und sicher viele wichtige Erfahrungen für die nächste Saison sammeln.</b>
<b>Negatives ☹:</b>	<b>Leider kann ich an der diesjährigen SM und JSM, die in Splügen stattfindet, nicht teilnehmen. ☹ Aus diesem Grund, weil wir mit der Berufsschule zwei Wochen nach England in einen Sprachaufenthalt fliegen. Und sich diese Daten gerade überschneiden. Ist sehr schade, wäre für mich ein guter Saisonabschluss gewesen und hätte gerne ein motivierendes Resultat erzielt.</b>
<b>Persönliches Fazit:</b>	<b>Viele Erlebnisse dieser Saison waren neu für mich, wie z.B. die Rennen im Ausland. Daher musste ich mich auch zuerst an dieses Rennklima gewöhnen. Zum Teil ist es mir schon gelungen, einige Sachen aber brauchen halt noch Zeit. Doch die guten Trainingsleistungen motivieren mich sehr für die nächste Saison.</b>
<b>Das muss ich noch sagen...</b>	