



prosport-sigriswil.ch

Sportler Zwischenbericht

Name/Vorname: Saurer Leonie

Sportart: Leichtathletik

Aktuelle Kadereinteilung:	Junioren-Nationalkader «Swiss Starters Future»
Gesundheitszustand:	gesund
Trainingsverlauf:	Das letzte Training der Bahnsaison 2022 ist schon Geschichte. Momentan befinde ich mich in der Trainingspause und geniesse die trainingsfreie Zeit.
Absolvierte Wettkämpfe und Resultate:	SM Uster 3000m Steeple, 4. Rang SM U23 Genf 5000m, 4. Rang
Ziele erreicht:	Bei den Wettkämpfen habe ich meine Ziele nicht erreicht – ich wollte Medaillen und persönliche Bestleistungen erreichen.
Anstehende Wettkämpfe:	12. November 2022 Cross Pforzheim (D) 27. November 2022 Cross Regensdorf
Kurzfristige Ziele:	Anfangs Oktober endet für mich die Saisonpause und ich werde mit dem Wintertraining beginnen. Da möchte ich eine möglichst gute Grundlage aufbauen, um dann für die Sommer-Saison 2023 parat zu sein.
Positives ☺:	Die Trainingspause geniesse ich sehr, wobei ich mich bereits freue, sobald das Training wieder startet.

Negatives ☹:	Schade ist es abends schon wieder so früh dunkel, da muss ich mir wohl noch eine neue Stirnlampe fürs Rennen besorgen ;)
Persönliches Fazit:	So wie mir die Bahnsaison 2022 gelaufen ist, bin ich nicht zufrieden. Die Motivation und Freude, mich zu verbessern, ist aber gross!
Das will ich noch sagen...	Herzlichen Dank für die Unterstützung!



U23 SM Genf, 5000m (© media-frame.ch)