prosport-sigriswil.ch

**Sportler Zwischenbericht**

Name/Vorname: Frans Claes...............................................

Sportart: Mountainbike ………………….....................

|  |  |
| --- | --- |
| **Aktuelle Kadereinteilung:** | Nein, wir haben keine in Belgien.  |
|  |  |
| **Gesundheitszustand:** | Gesund.  |
|  |  |
| **Trainingsverlauf:** | Sehr gut. Alles geht nach Plan.  |
|  |  |
| **Absolvierte** **Wettkämpfe und Resultate:** | UCI Etappenrennen Cape Epic Süd Afrika: Platz 15UCI C2 Belgian bike festival: Platz 1Roc d’Ardenne Houffalize 3-Tages Rennen: Tag 1: Platz 1, Tag 2: Platz 3, Tag 3: Platz 3. Gesamtwertung: Platz 1. UCI C1 Jura bike marathon - erste Runde Alpine Cup: Platz 5UCI HC Roc Laissac: Platz 1Raid Evolénard - erste Runde Bike Classic Schweiz: Platz 2Belgische Meisterschaften: Platz 2 |
|  |  |
| **Sportliche Bestleistung:****(seit letztem Bericht)** | Schwierig zu sagen. Ich bin schon seit Anfang Saison in Guten Form und kann jedes Rennen um den Sieg mitfahren. Damit bin ich sehr zufrieden. Das UCI Rennen in Belgien und Frankreich gewinnen zu können war in besonders schön.  |
|  |  |
| **Ziele erreicht:** | Ja, ich meine Erwartungen übertroffen.  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Anstehende Wettkämpfe:** | MB Race 05.07Summerbike marathon 13.07UCI M3 Montafon marathon: 26.07Eigerbike Grindelwald 11.08UCI World Championships XC Marathon Schweiz (Grand Raid): 06.09UCI HC La Forestiere 21.09Bike festival - ironbike: 28.09UCI HC Ornans: 05.10 |
|  |  |
| **Kurzfristige Ziele:** | MB RaceEigerbikeWeltmeisterschaften in Wallis |
|  |  |
| **Positives** ☺**:** | Die Form is gut und bin schon ein Ganzes Jahr fit und ohne Verletzung. Dan kommen die Siege von Selber.  |
|  |  |
| **Negatives** ☹**:** | / |
|  |  |
| **Persönliches Fazit:** | Alles kommt immer wieder gut! Einfach mit ein positives mindset dran bleiben! |
|  |  |
| **Das will ich noch sagen...** | Merci für die Unterstützung! |

**Aktuelles Foto von einem**

**Wettkampf, Anlass, Training, etc.**