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 15  UCI C2 Belgian bike festival: Platz 1  Roc 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 5  UCI HC Roc Laissac: Platz 1  Raid Evolénard - erste Runde Bike Classic Schweiz: Platz 2  Belgische 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 05.07  Summerbike marathon 13.07  UCI M3 Montafon marathon: 26.07  Eigerbike Grindelwald 11.08  UCI World Championships XC Marathon Schweiz (Grand Raid): 06.09  UCI HC La Forestiere 21.09  Bike festival - ironbike: 28.09  UCI HC Ornans: 05.10 |
|  |  |
| **Kurzfristige Ziele:** | MB Race  Eigerbike  Weltmeisterschaften 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.**