

Kurs 13 TGM BOSV/SSM U16 nordisch 17.-18. Dezember Helvetia Nordic Trophy Campra



Stebä bei der Skipräparation...



...er hat noch einiges vor sich...☺

(Fotos: Christoph Urech)

Tag 1

Samstagsmorgen trafen wir uns um 10.00 Uhr am Spiez Bahnhof. Als wir los gefahren sind hat Joscha den DJ im BOSV- Auto gespielt. Nach drei Stunden waren wir endlich an Gotthard Rastätte –Nord und haben was gegessen. Als nächstes sind wir durch den Gotthard gefahren und nach 2 Stunden waren wir endlich nach einer 5 Stündigen Fahrt in Campra angekommen. Wo wir die Zimmer bezogen haben, danach haben wir uns bereit gemacht für die Streckenbesichtigung. Nach der Streckenbesichtigung bin ich noch mit Stefan ein paar Teile anschauen gegangen. Danach haben wir die Skis in die Garderobe getan und haben die Rennskis zum Wachsen hingestellt. Anschliessend haben wir uns umgezogen und sind zum Abendessen gegangen, danach hatten wir noch die Gruppenbesprechung. Ich und Stefan haben noch das Streckenprofil gezeichnet und sind dann schlafen gegangen.

Tag 2

Am nächsten Morgen haben wir unser obligatorisches Footing gemacht und sind anschliessend zum Frühstück. Nachher sind wir auf unsere Zimmer und haben uns mental auf das Rennen vorbereitet. Danach sind wir unsere Einlaufskis holen gegangen und haben noch einmal die Strecke angeschaut. Nach der Streckenbesichtigung gingen wir die Rennskis holen und haben sie getestet. Als wir sie getestet haben hat Christoph sie noch einmal poliert. Anschliessend haben wir unser Einwärmen gemacht und holten dann unsere Rennskis und gingen zum Startgelände, haben uns nochmals gut bewegt haben unsere Jacken und Wärmehosen ausgezogen und sind an den Start. Nach meinen langen 5 Kilometern war ich todmüde im Ziel und ich glaube das waren die anderen auch. Nach dem Rennen sind wir wieder auf unsere Zimmer und haben uns umgezogen und fertig gepackt. Anschliessend gingen wir zum Mittagessen und gingen sofort in die Autos und fuhren nach Hause. Ich bedanke mich an Stefan und Christoph für das lehrreiche und super Trainings- und Wettkampflager.

(Verfasser des Textes: Kaderathlet Sascha)

Hauptsponsor

Sponsoren