

Newsletter 1

Saisonstart

Lillehammer

31. OKTOBER

Sandro Felder



Saisonstart Lillehammer

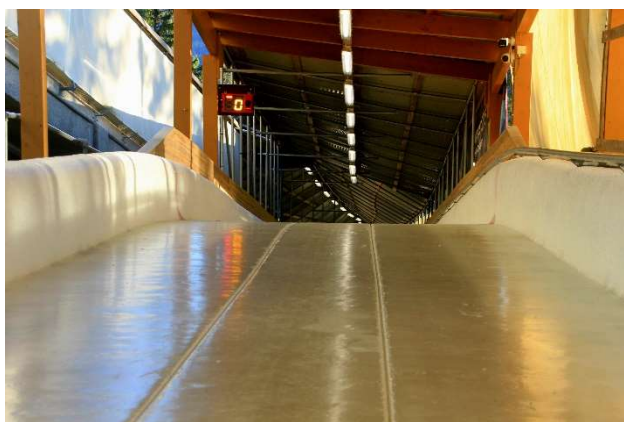
Geschätzte Sponsoren und Gönner

Voller Vorfreude haben wir uns am 9. Oktober auf den Weg nach Lillehammer gemacht. Vor uns lagen ca. 1900km Strecke, welche wir auf der Autobahn quer durch Deutschland oder auf der Fähre von Kiel nach Göteborg zurücklegen mussten.

Endlich in Lillehammer angekommen blieb uns nicht viel Zeit für Erholung, die Bob`s wurden sofort vorbereitet, den am nächsten Tag stand bereits das erste Training an. Endlich wieder auf dem Eis! Endlich wieder Action und Nervenkitzel.

Vor der ersten Fahrt der Saison ging allen viel durch den Kopf. Was ist, wenn wir gleich bei der ersten Fahrt stützen? Schaffen wir einen sauberen Einstieg? Wie lange dürfen wir rennen? Aber all diese Fragen waren Grundlos, Kilian manövrierte den 2er Bob souverän den Eiskanal hinunter. Erlösung pur, das Adrenalin schießt hoch und die Freude ist allen auf das Gesicht geschrieben.

In den folgenden Tagen war das Programm relativ einseitig aber keineswegs langweilig. Es standen jeweils Zwei Trainings Einheiten im Eiskanal an und zwischen den Trainings ein weiteres Athletiktraining in einem Fitnesscenter. Die Tage waren also lang, die körperliche Belastung hoch und dementsprechend waren wir froh, wenn wir entweder in eine Physiotherapie gehen konnten oder uns erholen von den Strapazen im Eiskanal.



Start Lillehammer



Bahnbegehung

In der ersten Trainingswoche gewöhnten wir uns an der 2er-Schlitten, welcher tendenziell einfacher zu fahren ist als der 4er-Schlitten.

In der zweiten Woche, in der auch die Selektionsrennen auf dem Programm standen, haben wir uns an der 4er-Schlitten gewöhnt. Dies ist nochmals eine ganz andere Hausnummer und macht extrem Spass, diesen zu fahren oder besser gesagt, mitzufahren.

Das Timing, die Krafteinwirkung und die Beschleunigung im grossen Schlitten ist nochmals extremer als auf dem kleinen Schlitten, macht dafür umso mehr Freude, wenn man einen sauberen Lauf hatte. Die Geschwindigkeiten im Eiskanal sind hoch dank der super Arbeit der Bahnbetreiber. Wir „klöpfen“ mit ca. 135 km/h den Kanal runter und von Fahrt zu Fahrt werden die Zeiten besser. Zudem wird regelmässig deutlich unter Bahnrekord gefahren.



Vorbereitung Schlitten



Verladung Schlitten

Am 19. & 20. November gilt es ernst. Die Selektionsrennen stehen an. Für uns im Nachwuchs sind diese Rennen nicht entscheidend über Welt- oder Europacup. Dennoch wollten wir ein Statement setzen und wieder auf uns aufmerksam machen. Zudem konnten wir uns wieder ein Bild machen, wie es an einem Rennen ablaufen wird.

Im 2er Rennen startete Kilian mit André zusammen und das Team konnten sich den Sieg im Nachwuchs holen.

Im 4er Rennen, welches am nächsten Tag anstand, war folgende Besetzung auf dem Schlitten: Kilian, Linus, Sandro und Pascal. Ich hatte also auch die Möglichkeit, mein Können unter Beweis zu stellen.

Auch in diesem Rennen konnten wir uns den Sieg sichern im Nachwuchs, direkt hinter den Weltcup-Teams. Wir legten eine solide Startzeit hin, sodass wir im Ziel eine Zeit unter 52 Sekunden hatten. Dies hat im Nachwuchs kein Team geschafft und auch bei den Weltcup Teams gab es Tage, an denen Sie diese Zeit nicht unterbieten konnten.



Start Selektionsrennen

Dank diesen zwei Siegen in diesen Rennen konnten wir uns definitiv für die Europacup Rennen und St.Moritz und Innsbruck qualifizieren mit der Option, einen Startplatz an der Junioren-WM zu bekommen. Dies ist nun unser oberstes Ziel, diese Qualifikation zu meistern. Unsere Freude über den entscheid, dass wir Europacup fahren können diese Saison war riesig!

Nach 2 Wochen intensivem Training, viel Spass und Freude haben wir uns auf den Weg nach Hause gemacht. Wieder dieselbe Prozedur wie auf dem Weg nach oben, einfach umgekehrt.

In den nächsten Wochen stehen nun wieder Lauf- und Krafttrainings auf dem Programm, bevor es weiter geht auf der anspruchsvollsten Strecke der Welt in Altenberg, Deutschland vom 12.11.2023 bis 19.11.2023.

Zum Abschluss von diesem Newsletter möchte ich mich herzlich für eure Unterstützung bedanken. Ohne euer Engagement und Interesse wäre all dies nicht machbar. Ich bin nach wie vor Feuer und Flamme (Auch wenn sich das mit dem Eis nicht wirklich verträgt 😊) für diesen Sport und bereit dafür alles zu geben.

Nun bereite ich mich intensiv auf die kommenden Trainingslager vor und freue mich, euch bald wieder ein Update geben zu dürfen.

Alles Gute und bis bald!

Sandro



Goldsponsoren:

HERZOG Kerzen AG, Monika Felder

Bronzesponsoren:

Grüter Haustechnik, Reto Grüter

Hoch- und Tiefbau AG, Paul Fuchs

Gebr. F. + B. Meyer, Christopher Pulver

Texwax GmbH, Thomas von Euw

Individuelle Sponsoren:

Bucher Bauspenglerei, Markus Bucher

Egli Gartenbau AG, Marc Egli

RSK Elektro AG, Daniel Steffen

Gönner:

Ambiance Kücher und Bäder AG, Rita Fischer

KM Metallbau GmbH, Martin Kunz

Beck Konzept, Roland Walker