



Name und Vorname:

Rosamilia Valentina

Wohnort:

Hunzenschwil

Nation:

CH/ ITA

Geburtsdatum:

27.01.2003

Beruf:

Schülerin

Leistungs Niveau:

National

Coach:

Kurt Müller

Verein:

Team Koach, BTV Aarau

Sponsoren:

Sponsoren des Team Koachs

Persönliche Sponsoren:

survista, Sporthilfe, newton

Internetauftritt (eigene Homepage oder Social Media:

Website www.valentinarosamilia.ch

Seit wann wirst Du von KM Sportcoaching trainiert?

Seit Mai 2020

Wie kam ich zum Sport?

Durch meine Eltern und durch meine Leidenschaft

Meine besten Resultate:

Silbermedallie + Bronzemedallie EYOF Baku (Youth European Olympic games)

Teilnahme im Vorprogram von Weltklasse Zürich

Schweizermeisterin 400m indoor 2019

Schweizermeisterin 1000m indoor 2019

Schweizermeisterin 800m outdoor 2019

Schweizermeisterin 1500m outdoor 2019

Schweizermeisterin 400m indoor 2020

Schweizermeisterin 1000m indoor 2020

Meine Ziele im 2020:

U18 EM Rieti Medallie (800/1500) (abgesagt)

U18 EM Türkei Triathlon

Ziel Saison 2021:

U20 EM Tallinn

Weitere Zukunft:

Olympiade Paris 2024

Deshalb erreiche ich meine Ziele:

Weil ich den Sport mit Spass mache und jeden Tag mit Ehrgeiz und Fleiss Trainiere.

Was hat dich dazu bewogen Dich von KM Sportcoaching betreuen zu lassen?

Ich war sehr lange auf der Suche nach einem professionellen Coach und einer organisierten Trainingsstruktur

War es erfolgreich und wenn ja in welcher Hinsicht?

Die Trainings sind gut und genau geplant. Mann hat eine äusserst präzise Struktur die einem Hilft seine Trainings zu kontrollieren und Fortschritte zu erzielen.

