

Jahresbericht von 2022

Allgemein

- Ein fast normales Jahr oder doch nicht (Verhaltensänderungen der Menschen)
- Nach überstandener Corona Zeit ist die Welt etwas aus den Fugen geraten (Preiserhöhungen, Energiekrise, Unsicherheiten usw.)
- Produktlieferungen erschwert (Lieferkette unterbrochen, China)
- Evtl. müssen wir gewisse Abläufe neu überdenken
- Plötzlich müssen wir ansehen, wie es wieder Krieg in Europa gibt
- Ironman hat sich neu erfunden/geändert
- Wettkämpfe wurden laut Statistiken nur verhalten bestritten, Teilnehmerrückgang
- Schwimmtraining neue Möglichkeiten mit dem Indoor Pool Sportster24 mit spezieller Auswertungssoftware, diverse Angebote, im Sportster24 buchbar

Team Koach Sportlerjahr 2022

- Schwimmtraining Dienstag und Freitag macht Spass, wird sehr gut genutzt z.T. bis 30 Teilnehmer auf bis zu 3 Bahnen
- Indoor Ride hat Sportster24 angeboten, die Nachfrage vom Team Koach bescheiden
Neu kein Angebot mehr, da überall Angebote gut verfügbar sind
- Donnerstag-Ausfahrten waren beliebt, aber vom Team Koach «noch» bescheiden genutzt
- Motivation für dieses Jahr, Termine mehr im Jahresprogramm beachten
- Erfreulich, viele vom Team Koach waren wieder im Jahr 2022 aktiv und machten weltweit mit ihren Teilnamen, Auftreten und gute Resultate sehr gute und positive Werbung

Sportliche Highlights

- 168 erfassten WK, die vom Team Koach und meinen gecoachten Sportlern besucht wurden
- Das sind im Durchschnitt wöchtl. mind. 3-4 WK, ergibt für mich sehr viel Arbeit (um aktuelle News aufschalten zu können)
- Ihr könnt es mir sehr vereinfachen, mit einer WhatsApp (Resultat WK und evtl. Foto an mich)
- Genauere Auflistungen in den News inkl. Fotoalbum und Zeitungsberichte, kann alles in den News auf [Kmsportcoaching.ch](https://www.kmsportcoaching.ch) angeschaut und gelesen werden.

Bei den folgenden Aufzählungen von sportlichen Höhepunkten habe ich den Fokus auf spezielle Anlässe (ohne Gewähr auf Vollständigkeit) und wo viele Koachler dabei waren gelegt. Die namentlich, erwähnenswerte sportliche Höchstleistungen erwähne nach dem Ende des Jahresrückblickes.

- **Start im Januar mit 8 Teilnehmer Reppischtallauf Stallikon**
- **Grosse Ehre für Urs, Gewinner bei den Säuliämtler Sportler Wahl
Gewinner der Kategorie Männer**
- **Für 2022 sind gleich 2 nominiert vom Team Koach Kat Newcomer Männer Cedric Graf und Kat Männer Urs Müller, bitte gebt den beiden die Stimme ist schon eine grosse Wertschätzung und Ehre für die Nomination, dadurch auch eine sehr positive Werbung für unser Team Koach**
- **Februar Reusslauf mit 7 Teilnehmer**
- **Letzte Woche Februar und erste Woche März Trainingslager in Lanzarote. Mit Total über 30 Teilnehmer, haben alle mit viel Spass und Training, eine gute Grundlage für die kommende Saison gelegt. Beim Beginn der zweiten Woche fand der Tri-WK von La Santa statt. Fast alle haben sich angemeldet, warum dann beim Start nur 10 tatsächlich gestartet sind, bleibt für viele ein Geheimnis 😊**
Schaut nochmals nach im Fotoalbum evtl. findet ihr die Antwort.
- **Engadiner Ski Marathon mit 6 Teilnehmer, das zeigt, dass Triathleten nicht nur Swim, Velo und Läufe können**
- **Im April fand traditionell der erste Tri WK der Schweiz, in Wallisellen statt.
6 Teilnehmer testeten ihre Trainingsform**
- **4 Athleten und der Coach reisten nach Riccone an der MD Challenge, auf der Hinfahrt stellte André fest, dass aber nur 3 Athleten angemeldet waren, wieso dann doch alle 4 starten konnten, kann Denise in einer längeren Geschichte erzählen...
Die beste Werbung, da gleich alle 4 bei der Siegerehrung auf dem Podest standen.**
- **Anfangs Mai die «Hawaiiacht» ach sorry nicht in Hawaii sondern St George WM Nacht. Nachholung der abgesagten Hawaii WM 2019/20 damals wussten wir alle nicht das es für Ironman bereits ein Test war**

Wir vom Sportster24 nutzten das Datum für die 2-tägige offizielle Eröffnung, mit Ausstellung und dem Abschluss der «WM St George Nacht» Mit vielen Gästen und bekannten Sportlern Nina und Julie Derron und Rudi Wild. Einer Live Schaltung nach St. George mit Ronnie Schildknecht, gab es eine interessante und gelungene Veranstaltung.

Einziges Team Koach Teilnehmer in St. George war Dani Zurfluh, die anderen qualifizierten Athleten verschoben ihren Startplatz nach Hawaii

- Mai 70.3 Kraichgau mit 9 Teilnehmer
- Triathlon Zug mit über 25 Teilnehmer, immer ein beliebter WK
- Juni ist Rappi Zeit, mit knapp 20 Teilnehmer bei sehr heissem Wetter gelangen gute Zeiten und 3 Podest Plätze, immer ein Top WK im Triathlon Kalender
- Ein spezieller WK zum Empfehlen ist der Swissman, welchen Patrizia Neukom und Urs Müller vom regnerischen schwimmen im Tessin, über diverse Pässe und laufend auf die kleine Scheidegg, erfolgreich das Ziel erreichten
- Den neu lasierten Zürich-Triathlon, der hoffentlich bei der zweiten Austragung in diesem Jahr, mit einigen Verbesserungen aufwarten wird. Wurde von 16 Koachler genutzt, die bei wiederum schönem und heissem Wetter, unseren schönen Sport im Herzen von Zürich ausübten. Alle zeigten sich fit und motiviert was sich in guten Resultaten, Ränge mit 5 Podest Plätze zeigten
- Das nicht jeder WK wettkampfmässig im Ziel endet, mussten einige Teilnehmer beim Chasing Cancellara Bern- Andermatt Radrennen erfahren. War doch an den ganzen Tagen, Start am Morgen um 4 Uhr mit Dauerregen gezeichnet und endete mit Rennabbruch bei Schnee und Eisregen, auf dem Grimselpass. Wie kompliziert bei Abbruch und einer überfordernden Organisation es ist, wieder nach Andermatt zu gelangen, können einige Teilnehmer eine Geschichte erzählen
- Der einzige Ironman der Schweiz, dem IM Thun, machte bei der zweiten Austragung im Berner Oberland bei traumhaftem Wetter beste weltweite Werbung für unseren Sport und der Schweiz. 7 Teilnehmer nutzten den WK um ihre Form zu zeigen, dabei konnten neben den 2 einzelnen Podest Plakatierungen, auch alle Koachler das Podest besteigen, erreichten wir doch den 3. Rang in der Team Wertung
- Cedric wurde für seine super Ergebnisse für die Jugend Olympiade von Swiss Cycling selektioniert, wo er zum ersten mal das Nationaltrikot am WK tragen konnte.

- **SM Triathlon in Nyon über die OL Distanz konnten sich gleich 2 Koachler als Schweizermeister feiern lassen**
- **Auch ein spezieller und empfehlenswerter WK ist der Inferno Triathlon, mit dem Ziel auf dem Schilthorn, den Urs Müller erfolgreich als 2. finnischste. Der Inferno HM geht ohne Christian Strasser auch nicht, startete er doch seit 1999 bei jeder Austragung 23 mal lückenlos.**
- **Ein beliebter und gut besuchter WK ist der Triathlon Uster, der Beweis sind 16 Teilnehmer**
- **Auch beliebt war der 70.3 in Zell nahmen dort 9 Koachler teil**
- **Wie immer ein Schweizer Saison Abschluss WK in der Sonnenstube Tessin, mit 12 Teilnehmer über alle Distanzen und mit 3 Podestplätzen, kann dieser als Erfolg verbucht werden**
- **9 Teilnehmer nahmen im Auge des Sturms in Italien an einem WK teil. Das es alles gibt, Absagen, Verschiebungen usw. auch noch andere, unerwartete Ereignisse, bewies der Ironman in Cervia. Mit einem immensen Aufwand der Organisation, konnte der 2 tägige WK trotz allem, bei wieder sehr schönem Wetter an einem Tag abgehalten werden. Dass es bei so vielen Teilnehmern auf der Strasse einige ihre PB auf dem Rad pulverisierte, erstaunte auch nicht wirklich**
- **Und bereits stand der für viele und wie wir jetzt wissen der Letzte in dieser Form stattfindende Ironman WM in Hawaii statt, zwar getrennt am Donnerstag, das Frauen Teilnehmer Feld, mit 2 AK Kat. Männer und am Samstag die restlichen Männer. Wie ich es persönlich empfunden habe, erzählte ich ausführlich bei zwei Podcast vor und nach dem WK beim « Tri Story ».**
Konnten wir auch da mit dem Team Koach erfolgreich mit 8 Qualifizierten zum letzten Mal Frauen und Männer, gemeinsam teilnehmen. Als Höhepunkt bestiegen 2 unserer schnellsten Damen das am meisten umkämpfte weltberühmte Podest in Hawaii und konnten sich gebühlich feiern lassen.
- **Als letzter Höhepunkt stand die 70.3 WM St. George Utah noch an. An der es noch 6 qualifizierte Teilnehmer an die Startlinie schafften. Bei den äusserst harten Bedingungen am Morgen 3-4 Grad am Nachmittag über 25 Grad. Aber in einer wunderschönen Landschaft, erreichten alle mehr oder weniger zufrieden und happy das Ziel.**

**Und mit diesem Satz beende ich mein Jahresbericht mit Rückblick 2022
 Coach**