



**Name und Vorname:**

Kubny Mirko

**Wohnort:**

Rüti ZH

**Nation:**

CH

**Geburtsdatum:**

28.11.1975

**Beruf:**

Head of Quality Control & Production Planning

**Leistungs Niveau:**

Hobby Athlet

**Coach:**

Kurt Müller/ KM Sportcoaching

**Verein:**

Team Koach

**Sponsoren:**

KM Sportcoaching, Sportster24, MüPa AG, und alle weiteren Sponsoren des Team Koachs

**Persönliche Sponsoren:**

- WOO Nutrition
- Pure Cosmetic by Carol Kubny
- ST Distribution

**Internetauftritt (eigene Homepage oder Social Media:**

- [https://www.instagram.com/mirko\\_kubny/?hl=de](https://www.instagram.com/mirko_kubny/?hl=de)
- <https://www.instagram.com/lovepainbeer/?hl=de>
- <https://www.facebook.com/mirko.kubny>

**Seit wann wirst Du von KM Sportcoaching trainiert?**

Juli 2019

**Wie kam ich zum Sport?**

Zuviel Alkohol. Musste dringend was ändern in meinem Leben.

**Meine besten Resultate (2019):**

- IRONMAN 70.3 Rapperswil-Jona: 5:44:19
- 30. Int. Uster Triathlon (Mitteldistanz): 5:09:26
- IRONMAN 70.3 Weymouth: 5:39:07

**Meine Ziele im 2020:**

- IRONMAN 70.3 Rapperswil unter 5:30:00
- IRONMAN Thun finishen (Geil wäre unter 13:00:00)

**Ziele Saison 2021/22:**

Werden wir noch sehen.

**Weitere Zukunft:**

Scho nochli Gas gäh

**Deshalb erreiche ich meine Ziele:**

Weil ich genug Ehrgeiz und riesigen Spass an der Sache habe. Eine „gesunde“ Portion Wahnsinn ersetzt fehlendes Talent und körperliche Voraussetzungen. Trotzdem gebe ich im Training mein Bestes, um das Maximum aus meinem Körper zu holen.

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

Wollte einen Coach mit Erfahrung und „Erfolgsgarantie“

**War es erfolgreich und wenn ja in welcher Hinsicht?**

Kann ich noch nicht sagen. Die Zeit seit Juli ist zu kurz für eine Analyse. Hoffe natürlich das es sich auszahlt und schon noch ein paar Inputs kommen. Hoffe es wird genug auf den Athleten eingegangen, auch wenn man nur Hobby-Sportler ohne grossartige Ambitionen ist.

