

2012 02 09: Tag 5 das Verticalrace

Das heutige, reine Aufstiegsrennen ging über knapp 1.100 HM was besonders wir Jungen in der Substanz zu spüren bekamen. Die ersten 900 HM war ich gut unterwegs, aber den warmen Temperaturen Tribut zollend, traf mich im letzten Viertel der so genannte "Hammer". Anstatt der anvisierten 46er Zeit wurde es eine 47.40er Zeit, unter den Umständen ganz passabel. Ich denke, dass ich in 2 - 3 Wochen wieder meine Normalform erreiche um so wieder gute bis sehr gute Leistungen abliefern zu können.

2012 02 08: Tag 4 die Königsdisziplin
Das Einzelrennen mit mehreren Anstiegen und Abfahrten im hochalpinen Gelände verlangte trotz der Streckenverkürzung auf 1.300 m wegen des starken Windes jeden alles ab. Von meiner Frühform bin ich noch ein Stück entfernt aber langsam komme ich wieder in einen Rhythmus und lieferte heute ein zufriedenstellendes Rennen ab. Platz 35 in der Gesamtwertung und der 11. Rang in der Espoirwertung (die TOP 10 habe ich um 18 sec verfehlt...) waren das Ergebnis der heutigen Leistung.
Erwähnenswert noch die tolle Stimmung auf dem Berg durch die französischen und schweizer Fans.



die Königsdisziplin
Bild: Alex Lugger



das Sprintrennen
Bild: Werbegams

2012 02 06: Tag 2 das Sprintrennen
Nach anfänglich gutem Start hatte ich Probleme beim Befestigen der Ski am Rucksack, so verpasste ich nur knapp das Viertelfinale um 1.30 sec und musste mich mit dem 34. Rang begnügen

2012 02 05: Tag 1 die Besichtigung

Aufstieg zum Gipfel des Roya. Hier haben wir eine fantastische Aussicht und Pulverschneetraum.



2012 02 04 - 10:

Saisonhöhepunkt EM! Nachdem ich mich die letzten 10 Tage von meinem Übertraining erholt habe, sollte meine Leistungsfähigkeit wieder hergestellt



sein. So freue ich mich sehr, von Nationaltrainer Alexander Lugger für die EM doch noch nominiert worden zu sein. Am Samstag geht's nach Pelvoux (Dauphine-Alpen mit dem südlichsten 4.000er der Alpen, den L'Ecrins). Am Montag bin ich erstmals beim Sprintrennen im Einsatz. Am Mittwoch steht das Individual im freien, alpinen Gelände an, jenes Rennen, auf das ich mich am meisten freue. Donnerstag folgt das Vertical, und jene 4 aus unserem Team, die am wenigsten müde sind, wird unser Trainer für das Staffelfrennen am Freitag

nominieren. Ich berichte ab Montag täglich von der EM, aktuell wie immer ist unsere ASKIMO-Homepage. Zum EM-Auftakt hatten wir am Freitag eine Pressekonferenz in Schwaz im Dynafit-Shop von Pele, zudem die wichtigsten Tiroler Medien kamen. Das Foto entstand beim Interview mit Tirol-TV (Ausstrahlung am Mittwoch).

Alle Bilder sind auch in meiner Bildergalerie.