

Der Offizielle Newsletter

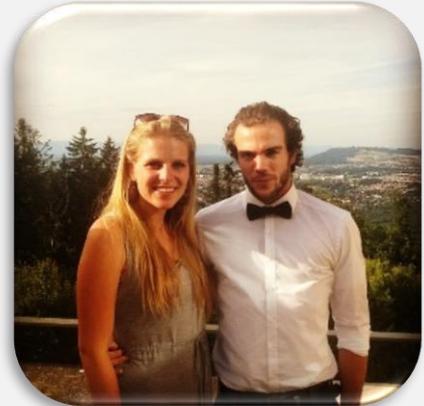
von Joel Burgunder

100m / 200m / 400m Sprinter des LC Zürich

Erfolge

Die gute Nachricht zuerst. Ich habe meine Ausbildung erfolgreich abgeschlossen und durfte am 29. Juni 2015, mein Diplom als Kaufmann E-Profil EFZ entgegennehmen. Somit habe ich mir neben meiner Sportkarriere, auch ein zweites Standbein im Berufsleben geschaffen. Ich arbeite nun zu 60% im Architektur-, Planungs- und Immobilienbüro meines Vaters und werde mich in den nächsten Jahren im Immobilien- und Treuhandwesen weiterbilden. Die Teilzeitanstellung erlaubt mir, mein Training weiterhin ohne Einschränkungen in Zürich weiter zu führen und meine ambitionierten, sportlichen Ziele weiter zu verfolgen.

Bei dieser Gelegenheit möchte ich mich bei meinen drei Hauptsponsoren (Kämpfer+Co.AG in Herzogenbuchsee; Novosan AG in Stettlen; Burgunder Architektur+Immobilien in Herzogenbuchsee) sowie bei meinem Ausrüster Brooks für die großzügige Unterstützung und das Sponsoring recht herzlich bedanken. Nur durch diese finanzielle Unterstützung ist es mir möglich, mit einer Teilzeitanstellung weiterhin Spitzensport auf hohem Niveau zu betreiben.



Rückschläge

Eine schwere Lebensmittelvergiftung hat mich leider Ende Mai zu einer fast drei wöchigen Trainings- und Wettkampfpause gezwungen. Durch die Infektion haben sich fast 3.5 kg Muskelmasse verabschiedet und durch die fehlenden Trainingseinheiten bin ich in meinem Wettkampfaufbau stark zurück geworfen worden. Mir fehlt bis heute die Grundkondition und die wichtigen Trainings um bereits heute wieder schnelle Zeiten zu laufen. Solche Enttäuschungen gehören leider im Sport dazu, tun aber immer sehr weh, da ich mich bis Ende Mai noch in einer hervorragenden Form befand. Durch die Erleichterung der bestandenen LAP habe ich aber wieder neue Kraft und Motivation getankt, um in der zweiten Saisonhälfte noch einmal voll anzugreifen!



Wettkampf Rückblick

Leider konnte ich mich bis jetzt nicht an meine schnellen Zeiten aus dem Vorjahr heran tasten. Ich absolvierte diverse Meetings vermehrt nur als Training, um wieder die nötige Wettkampfhärte zu erlangen. Ich musste mich auch entscheiden, über welche Disziplin ich mich an den Schweizermeisterschaften vom 7.-8. August 2015 versuchen will. Ich habe mich für die 400m entschieden, da ich glaube, dass durch die bisherigen Trainings und meinem momentanen Laufstil mehr Chancen auf die ersehnte Medaille bestehen. Ein Highlight dieser bisher sehr enttäuschenden Saison war die Teilnahme über 400m am Spitzenleichtathletik Meeting vom 14. Juli 2015 in Luzern. Wobei ich den 4. Platz mit einer Zeit von 48.65sek (Saison Bestleistung) realisieren konnte. Für die Schweizermeisterschaften in Zug werde ich noch einmal alles aus mir heraus holen, um meine letztjährige Bestleistungen von 47.39sek zu unterbieten!

Ich würde mich sehr freuen, wenn du mich auf meinem Weg zurück an die Spitze bei den nächsten Wettkämpfen unterstützen würdest.

Nächste Wettkämpfe

Datum	Wettkampf	Ort	Disziplin	Details
29.07.2015	Abendmeeting	Bern	400m	Link
07.-08.08. 2015	Schweizermeisterschaften	Zug	400m	Link

Impressionen Spitzenleichtathletik Luzern 2015

