

### Rückblick Hallensaison 2017

Nach optimalen Vorbereitungen in den zwei Trainingslagern in Südafrika ging Joel mit grossen Erwartungen an die Hallen-Schweizermeisterschaften nach Magglingen. Ziel war die Leistungsbestätigung der **EM-Limite über 400m (47.50sek)** um sich so am letztmöglichen Termin noch einen Startplatz für Belgrad zu sichern. Leider ging der Plan nicht auf....

Er wurde Opfer der seit 2010 geltenden Fehlstartregeln! Mit **0.0093sek Reaktionszeit** war Joel 7-Tausendstel zu früh aus dem Startblock geschossen, was eine direkte Disqualifikation zur Folge hatte. Das war für alle Fans vor Ort und natürlich auch für Joel eine riesen Enttäuschung. Die ganze Vorbereitung auf diesen einen Moment innert ein paar Sekunden zu Nichte gemacht. Doch Joel nahm es wie gewohnt sportlich und schaute kurz danach bereits wieder nach vorne!



Die Entwicklungen in den letzten Wochen und Monaten sind «Gold»-Wert für die Outdoor Saison 2017. Dieser Misserfolg hat Joel nun noch mehr angespornt sein wahres Potential über die ganze Bahnrunde zu zeigen. RUN HAPPY!

### Arbeit und Sport



Seit Oktober 2016 ist Joel zu 60% (befristet bis April 2017) als Marketing-Koordinator bei Brooks Running in Ostermündigen angestellt. Brooks ist zu dem auch der Kleidungs- und Schuhausrüster des schnellsten 400m Sprinters der Schweiz und unterstützt ihn und den Fanclub seit 2014 auf und neben dem Sportplatz.

Der Spirit «Run Happy» hat sich Joel seit dem zu Herzen genommen und verkörpert diesen Lifestyle mit jeder Faser seines Körpers. Diese Leidenschaft hat er seit Oktober 2016 auch in den Job gesteckt und die Firma tatkräftig im Marketingwesen unterstützt.

Um jedoch ab Mai 100% Fokus auf die Wettkämpfe zu legen und auch genügend Erholung zu erhalten, haben er und Brooks Running sich entschieden, den Arbeitsvertrag nicht zu verlängern. Dies hat auch mit der Personalplanung von Brooks Running zu tun, die es den Mitarbeitern nicht mehr zulässt Teilzeitjobs zu besetzen.

Da der Spitzensport in der Leichtathletik leider nicht mit Geldregen gesegnet ist, sucht Joel ab Mai 2017 eine flexible 30-40% Anstellungsmöglichkeit in der Region Herzogenbuchsee oder Zürich, um so den Fokus voll auf den Sport ausrichten zu können. Daher ist er über jeden Job-Tipp natürlich froh 😊

### Mobil mit dem neuen Opel Mokka X von der Garage Jürg Hasler in Herzogenbuchsee

Um auch auf der Strasse mit 4x4(00m) unterwegs zu sein, wird Joel neu vom Opel Ambassadors-Programm in Zusammenarbeit mit der Garage Jürg Hasler in Herzogenbuchsee unterstützt. Der „Nigel-Nagel“ neue Opel Mokka X bietet etwas mehr Platz für Freundin, Sporttasche und Hund als sein Vorgänger ☺ (Joel fuhr bisher einen Smart fortwo)

Um sich den Weg nach Zürich etwas angenehmer zu gestalten, nimmt Joel nun auch gerne 2-3x pro Woche den Opel um die Strecke von Rund 200km (hin und zurück) noch etwas schneller zu absolvieren.



### Doppeltes Trainingslager im Performance-Center in Belek (TUR)



Nach dem sich Joel bereits letztes Jahr erfolgreich den letzten Schliff für die Outdoor-Saison in Belek geholt hat, wird er auch dieses mal 2x von der optimalen Trainingsanlage in der Türkei profitieren können. Vom 12.-22. April begleitet ihn erneut die Langsprint Gruppe des LC Zürichs. Nach 5 Tagen Erholung in der Heimat reist er dann Ende April gleich nochmals für 10 Tagen in den Süden. Dieses Mal wird ihn die ganze 4x400m Nationalstaffel begleiten um unter der türkischen Sonne schnelle Tempoläufe zusammen zu absolvieren.

### Unser Ziel: Mitgliederzahlen des BurgunderFanclub's vergrössern

Momentan unterstützen über 50 Personen Joel durch ihre Mitgliedschaft im BurgunderFanclub! Joel und wir sind froh über jeden von euch und bedanken uns für die Unterstützung! Wir freuen uns natürlich, wenn ihr Joel auch in der neuen Saison tatkräftig unterstützt und dem BurgunderFanclub bei Freunden und Sportinteressierten bekannt machen würdet. Hier nochmals die Vorteile einer Mitgliedschaft auf einen Blick ☺ :

- Zugriff auf exklusives Fanmaterial (inkl. Brooks-Runningschuhe für nur Fr.40.-)
- 1x pro Monat Newsletter per Email
- WhatsApp Liveticker
- Gewinnspiele
- Rabatte bei BurgunderFanclub Partnern

Hier gehts zur Anmeldung: [LINK](#)

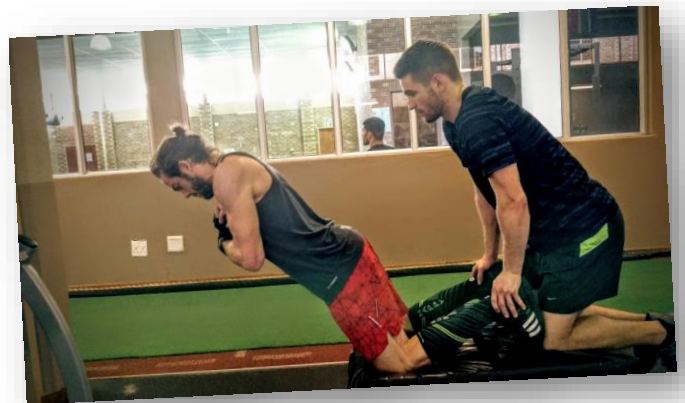
## Impressionen aus dem Training



Functional Fitness bei Susanne Laubscher.  
Schaut rein unter [www.citycircle.ch](http://www.citycircle.ch)



Langsprint Trainingsgruppe des LC Zürich.  
(inkl. Lord Nelson the beagle)



Hamstring-Kraftübung



[HIER](#) gehts zum Video

