

Am 18.01.13 18:33 schrieb "Casanova Flavio Geschäft" unter flavio.casanova@gruner.ch:

Rapport Januar 2013

Sehr geehrter Herr Präsident
Lieber Simeon

Der Trainingstag vom 17. Januar war ein voller Erfolg. Das Team präsentierte sich konditionell allerdings nicht in bester Verfassung. Einige Teilnehmer haben sich beim Konditionstrainer wohl nicht so stark angestrengt. Dies war insbesondere an folgenden Mangelhaften Punkten ersichtlich:

Kondition: Verbesserungsfähig

- Schläfrigkeit beim Morgenessen
- Unkonzentriertheit auf der Piste. Ein Teilnehmer konnte am Nachmittag der Gruppe nicht mehr folgen und wählte eine andere Abfahrt.
- Kein Durchhaltevermögen im Jägerstübli: Einige Teilnehmer bestellen gar keinen Kuchen oder assen den Kuchen gar ohne Rahm.

Skitechnik: auf gutem Niveau

- die Mannschaft hat vom Cheftrainer den letzten Schliff für die kommenden, schweren Wettkampfwochen erhalten.
- Auf den Gleiterstrecken sind noch einige Sekunden liegen geblieben. Die Steilpassagen wurden meist sehr gut gemeistert. Innenskifehler waren nur am morgen zu beobachten. Rennfahrer Martin sowie Rennfahrer Rolf haben dadurch den Schnee auch näher untersuchen können.
- Unschön war der Einfädler beim Riesenslalomtraining von Nachwuchsfahrer Fabio.
- Allgemein sollten die Kurven noch mehr auf Zug gefahren werden. Wir werden das im nächsten Haupttraining nochmals üben.

Material: Sponsoren Fehlen

- Rostige Kanten sollten das nächste Mal vermieden werden. Ich gehe davon aus, dass Rotary das Team neu ausrüsten wird.
- Beim neuen Material sollte darauf geachtet werden, dass der Ski nicht schon beim ersten Schwung lädiert ist. Rennfahrer Michael kann Näheres erläutern.
- Rotary Rennanzüge wären für das nächste Training erwünscht (Analog der früheren Käseanzüge der CH Mannschaft)

Qualifikation: Hohe Hürde geschafft

Es haben folgende Rennfahrer das Präsenzteam geschafft:

- Michael Bischof
- Richhard Bühler
- Armando Casanova
- Martin Jauslin
- Thomas Keller
- Marco Pulver
- Rolf Ramseier

Frauenteam

- Andrea Casanova
- Catherine Casanova

Nachwuchsteam

- Fabio Casanova

Fazit: Der Cheftrainer ist zuversichtlich

Es kann festgehalten werden, dass der ganz Tag bezüglich Wetter und Trainingsbedingungen hervorragend von Rennfahrer Armando organisiert wurde. Die Esstisch wurde wieder durch eine aussergewöhnliche Tat von Rennfahrer Bischof freigekämpft. Es besteht eine grosse Zuversicht, dass der Tag im nächsten Jahr wieder stattfinden wird. Es muss aber auch festgehalten werden, dass mit zunehmendem Alter der Rennfahrer die biologisch notwendigen Pausen zunehmen. Daran ist zu arbeiten!

Rennfahrer sind Gönner

Dank der grosszügigen Spende aller Rennfahrer konnte ein Betrag von CHF 55.-- für die Gemeindienstkasse gesammelt werden.

Ich schliesse meinen Rapport und danke für das Vertrauen in den Cheftrainer

Mit rotarischen Grüssen

Flavio Casanova

Cheftrainer Rotary Augst Raurica Skiteam