

Seit 4 Jahren fährst du bereits Bike, wie hast du diese Leidenschaft entdeckt?

Ich bin früher viel mit meinem Vater Velo gefahren, zufälligerweise fingen meine Kollegen mit dem Biken in Aadorf an. Mit der Zeit hat mich dieser Sport mitgerissen und ich habe selber angefangen Cross-Country zu fahren. Damals war ich noch mit dem normalen Velo unterwegs, jetzt habe ich professionellere Ausrüstung.



Was gefällt dir besonders am Biken?

Man ist ständig draussen in der freien Natur und man kommt in gewissen Momenten an seine physischen und mentalen Grenzen. Es ist wichtig zu wissen, wo die eigenen Grenzen sind, um die eigene Leistung auf der Renndistanz richtig einschätzen zu können. Oft finden die Rennen im Wald statt, was mir besonders gefällt.

Welches sind die grössten Herausforderungen?

Die mentale Herausforderung ist nicht zu unterschätzen und gute Vorbereitung spielt eine grosse Rolle. Für eine optimale Vorbereitung besuche ich morgens die Rennstrecke um mir ein genaues Bild der verschiedenen Abschnitte machen zu können. Ich präge mir herausforderndsten Stellen ein um die Strecke bestens zu kennen. Die Strecken finden sich meist in der ganzen Schweiz.

Wie oft in der Woche trainierst du?

Einmal in der Woche trainiere ich im Radverein Winterthur und das zweite Mal mit dem Ostschweizer Kader. Ansonsten trainiere ich viel in der Freizeit in meiner näheren Umgebung.

Wie unterstützen dich deine Eltern auf deinem Weg?

Meine Eltern fahren mich oft zum Training und kommen für meine Ausrüstung auf, da ich einen sehr hohen Verschleiss habe. Oft begleiten sie mich auch an Rennen.

Welche langfristigen Ziele verfolgst du für das Biken?

Ich möchte gerne Profisportler werden, selbst wenn der Weg kein einfacher wird. Cross Country ist eine Olympiadisziplin, die Schweiz ist sehr verbunden mit diesem Sport, da viele Profis aus der Schweiz stammen.

Was kannst du anderen Sportlern mitgeben, die sich für diesen Sport interessieren?

Niemals aufgeben! Man sollte auch in schwierigen Situationen nicht aufgeben und am Ball bleiben. Durch konstantes Training kann man sich immer weiterverbessern und seine Ziele erreichen.

