

Interview

Name und Vorname:

Jörg Brassel

Wohnort:

Speicher

Nation:

CH

Geburtsdatum:

24.07.1979

Beruf:

Projektleiter

Leistungs Niveau:

Ambitionierter Leistungssportler

Verein:

Team Koach

Sponsoren:

TeamKoach
(Velorado, KM Sportcoaching, Nyfeler+Keller, MüPa AG,
Hannes Hawaii Tours, Champion Systems, MedBase,
Schneider Communications AG, Raiffeisen, Mapei)

Seit wann betreibst du Sport?:

Schwimmen	seit: 2006
Laufen	seit: 2000
Rad	seit: 2005
Mountain-Bike	seit: 2000





Seit wann wirst du von KM Sportcoaching trainiert?

Seit November 2012

Deine besten Resultate:

Challenge Roth 2013: 10:57 h
Zytturm-Triathlon Zug: 2:11 h

Deine Ziele im 2014:

Mich nochmals in allen Disziplinen verbessern und die Saison Highlights mit einer guten Zeit finishen!

70.3 Mallorca
70.3 Zell am See
IM Frankfurt

Dein Traum:

Sportlich gesehen bestimmt die Teilnahme am IM Hawaii.
Ansonsten habe ich noch viele andere schöne Träume. ☺

Was hat dich dazu bewogen dich von KM Sportcoaching betreuen zu lassen?

Strukturiertes und effizientes Training

War das Coaching für dich erfolgreich und wenn ja in welcher Hinsicht?

Ja! Ich konnte mich in allen Disziplinen verbessern.

Aber viel wichtiger war mit dem Coach einen Ansprechpartner zu haben, der auf fast alle Fragen eine kompetente Antwort weiss. Das gibt ein gutes Gefühl und schafft Vertrauen. Durch das Team durfte ich zudem viele toll Sportler kennenlernen.