



Name und Vorname:

Litscher Claudia

Wohnort:

Eschenz

Nation:

CH

Geburtsdatum:

09.08.1976

Beruf:

Lehrerin (Sport/ABU/Biologie)

Leistungsniveau:

Ambitionierte Sportlerin

Coach:

Kurt Müller

Verein:

TriFrauenfeld

Sponsoren:

-

Persönliche Sponsoren:

SOAS

Internetauftritt (eigene Homepage oder Social Media):

Instagram/Facebook

Seit wann wirst Du von KM Sportcoaching trainiert?

Sommer 2019

Wie kam ich zum Sport:

20 Jahre aktiv im Fussball
Diverse Volksläufe und Marathons
IM70.3 Kraichgau 2017 als Testversuch im Triathlon

Meine besten Resultate:

Qualifikation Boston Marathon am Frankfurt Marathon 2016

Meine Ziele im 2020:

Erster Langdistanztriathlon

Ziele Saison 2021:

Strukturiertes Training
Gute Grundlagen schaffen für 2021
Evtl. gutes Resultat an einem Herbstmarathon
(London/Chicago)

Ziel Saison 2022:

Erster Langdistanztriathlon in Roth

Weitere Zukunft:

Six Star Finisher
Evtl. weitere Langdistanztriathlons

Deshalb erreiche ich meine Ziele:

Ich verfolge meine Ziele mit einem gesunden Ehrgeiz.

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

Da ich naturgemäss eher faul bin, brauche ich einen strukturierten Trainingsplan, um mich entsprechend zu bewegen.

War es erfolgreich und wenn ja in welcher Hinsicht?

Das analysieren wir dann 2021...!

