

Saisonrückblick 2022/23

Diesen Winter bestritt ich mein erstes Jahr in der U20 Kategorie. Nach einer eher schlechten Saison im letzten Jahr wollte ich dieses Jahr unbedingt wieder in die vordersten Ränge hineinlaufen. Direkt beim Auftakt am Nordic Weekend im September 2022 lief ich beim Klassisch Rollski Wettkampf auf den überraschenden 2. Rang, wodurch ich eine gute Portion Selbstvertrauen für den kommenden Winter erlangen konnte.



Die Wintersaison startete anfangs Dezember mit einem Continentalcup in Santa Caterina, Italien. Dies ist mein erstes Jahr, in dem ich auch international am Continentalcup teilnehme. Leider ist mir der Auftakt in Italien überhaupt nicht gelungen und ich musste ohne einem Top 30 Resultat nach Hause reisen.

Eine Woche darauf fand dann auch das erste Swiss Cup Rennen statt, mit dem 8. Rang im Sprint spürte ich, dass es nun wieder bergauf geht. Genau so war es auch, denn am 17. Dezember lief ich beim Continentalcup in St. Ulrich, Österreich, im Klassisch Sprint bis ins Halbfinale. Schlussendlich reichte es als zweit bester Schweizer für den **10.** Rang in der U20 Kategorie, was meine persönliche Bestleistung im Continentalcup bedeutet.

Danach wurde ich jedoch krank und hatte dadurch Mühe wieder in Topform zu gelangen.

Dann als ich endlich wieder fit war, fand der erste Teil der Schweizermeisterschaft in Ulrichen statt. Am zweiten Tag bei der Verfolgung lief ich ein sehr starkes Rennen und konnte mich vom 10. Startrang bis auf den 6. Schlussrang nach vorne arbeiten. Diese 4. beste Tageszeit zeigte mir, dass ich es auch in einem Distanzrennen ganz nach vorne schaffen kann.



Am 12. März startete ich an meinem ersten Engadiner Skimarathon. 4km vor Schluss in Zuoz führte ich die erste Verfolgergruppe an und überquerte dann als 46. von über 13'000 Startenden die Ziellinie. In der Kategorie U20 reichte es für den 6. Rang, was meine Erwartungen definitiv übertraf.

Danach flog ich mit einem guten Freund für eine Woche nach Norwegen, um einige intensive Trainings zu absolvieren und an der Nord-Norwegischen Meisterschaft teilzunehmen. Bei diesen Nord-Norwegischen Meisterschaften reichte es für den guten 6. und 7. Rang.

Nach dieser Woche in Norwegen war ich topfit und hoch motiviert für das letzte Rennen dieser Saison, der 2. Teil der Schweizermeisterschaft in Silvaplana. Am ersten Tag stand der Klassisch Sprint auf dem Programm, was meine persönliche Lieblingsdisziplin ist. Im Prolog lief ich nur die 9. Zeit, wodurch ich recht unsicher in das Viertelfinale startete. Jedoch qualifizierte ich mich ganz sicher für den Halbfinal. Im Halbfinal gab ich direkt von Anfang an den Takt an und konnte den ersten Platz von Anfang bis Schluss halten. Somit qualifizierte ich mich mit der schnellsten Laufzeit für den Final, was mir enormes Selbstvertrauen schenkte. Im Final konnten wir uns zu

dritt beim ersten Anstieg leicht absetzen und konnten diesen Vorsprung bis zur Ziellinie verteidigen. Somit reichte es mir für den **3.** Schlussrang, was meine erste U20 Schweizermeisterschafts-Medaille bedeutet.

Am nächsten Tag beim 30km Massenstart habe ich recht früh denn Anschluss an die Spitzengruppe verloren, wodurch es mir nur für den 9. Schlussrang reichte. Am dritten und letzten Tag startete ich mit Daniel Grätzer zusammen beim Teamsprint in der Kategorie Herren. Ich war der Startläufer und konnte mit einer hervorragenden Startrunde als erster übergeben. Auch Daniel Grätzer zeigte ein sehr starkes Rennen, wodurch wir bis zum Schluss in der vordersten Gruppe dabei waren und uns souverän für das Final qualifizieren konnten. Dort reichte es uns leider nur für den 10. Schlussrang.

Trotz einigen sehr starken Ergebnissen habe ich die Selektion für das Swiss-Ski Kader in diesem Winter nicht erreicht, was eines meiner Hauptziele für nächsten Winter sein wird.

Nun befinde ich mich in der Saisonpause, um Energie zu tanken für die intensiven Trainingswochen im Sommer.

Ich bedanke mich nochmal **herzlich** bei allen Sponsoren und Gönnern für die Unterstützung, ohne euch wäre das niemals möglich gewesen. Durch die vielen Wettkämpfe im Ausland und die vielen Trainingslager werden die Kosten immer teurer, wodurch ich noch viel mehr auf eure Unterstützung angewiesen bin.



