

BERGRENKEN

Streckenrekord Nordic Blading Herren **15.54.26 min**

Ø 15,84 km/h
am 30.06.2012

CHRISTIAN WINKER IM INTERVIEW

Wohnort: Spaichingen
Verein: Schneeschuhverein Spaichingen
Berufliche Tätigkeit: Schüler im Skiinternat Furtwangen
Jahrgang: 1996
Größe: 1,81 m
Gewicht: 61 kg

Christian ist ein hoffnungsvolles Nachwuchstalents des Schneeschuhvereins Spaichingen im Skilanglauf. Es ist ihm gelungen, die bisherige Bestzeit aus dem Jahr 2007 deutlich (um 48 sec.) zu unterbieten.

Christian, wie bist du zum Langlauf / Nordic Blading gekommen, wie ist dein "sportlicher Werdegang". Welches sind deine bisher größten Erfolge aus deiner Sicht?

Erst habe ich Fußball gespielt, dann Leichtathletik gemacht. Da ich auch im Winter Ausdauer trainieren wollte, habe ich mit dem Langlauf angefangen.

Ich konnte mich kontinuierlich steigern, vom Heimverein über die Bezirks- und Landesebene. Die bisher größten Erfolge sind der 5. Platz bei der Deutschen Meisterschaft und ein 3. Platz beim Deutschlandpokal 2012 sowie ein 4. Platz beim Deutschlandpokal 2012/13

Wie schaffst du es, in deinem Alter schon diese Top Zeit zu erreichen? Wie sieht dein Training fürs Bergrennen aus?

Ich trainiere schon mehrere Jahre fast täglich nach Plan.

Pro Jahr komme ich im Training auf etwa 4.500 km Lauf, Roller und Ski plus etwa 2.000 km mit dem Rad.

Was sind deine weiteren Saisonhöhepunkte und sportlichen Ziele in diesem Jahr? ..bzw. für die nächsten Jahre?

Ich möchte unter die besten acht Langläufer meines Jahrgangs in Deutschland kommen und wenn möglich auch internationale Rennen laufen.

Wie war deine Erfolgstaktik beim diesjährigen Bergrennen?

Von Anfang an bis Ende so schnell wie möglich!

