

BERGRENKEN

Streckenrekord Berglauf Herren **17.31.75 min** Ø 4,10 min/km am 09.07.2016

FLORIAN WINKER IM INTERVIEW

**Wohnort: Spaichingen, Beruf: Schüler, JG 1999, Größe: 1,82 m, Gewicht: 66 kg
Schneesportverein Spaichingen**

Nachdem Florian bereits im letzten Jahr als Gesamtsieger des Berglaufs den Streckenrekord nur knapp verpasst hat, konnte er nun in einem spannenden Dreikampf seinen Bruder Christian und dem bisherigen Rekordhalter Andreas Crivellin niederringen und sich die Bestzeit mit rund 8 sec. Vorsprung sichern. Übrigens war Florian auch schon Gesamtsieger des traditionellen Gosheimer Lemberglaufs im Jahr 2014, im zarten Alter von 15 Jahren!

Florian, wie bist du zum Lauf- / bzw. Langlauf bzw. Ausdauersport gekommen?

Mein großer Bruder war schon immer sportlich aktiv, irgendwann bin ich mit ihm erst zum Leichtathletik-Training und später dann zum Langlauf- Training mitgegangen. Dort hat es mir sehr gefallen, sodass ich mein Training steigerte und mich nach und nach verbesserte.

Was würdest du als deine schönsten sportlichen Erfolge bezeichnen?

Einer meiner größten Erfolge war der 3. Platz in meinem Jahrgang bei der Deutschen Meisterschaft im Skilanglauf im letzten Winter. Auch meine Siege bei den Sommerwettkämpfen der Skilangläufer waren schöne Erfolge. Dazu wurde ich schon zweimal Baden-Württembergischer Meister im Skilanglauf.

Kannst du uns die Geheimnisse deines Trainings verraten?

Ich trainiere das ganze Jahr hindurch regelmäßig und nach Plan, um mich optimal auf die Wintersaison vorzubereiten.

Was sind deine weiteren Saisonhöhepunkte und sportlichen Ziele in diesem Jahr?

Ich möchte mich im weiteren Jahresverlauf weiter verbessern um im Winter meine Leistung bestmöglich abrufen zu können. Im Winter versuche ich mich dadurch für internationale Rennen zu qualifizieren.

Wie war deine Erfolgstaktik beim diesjährigen Bergrennen?

Sich nicht von den anderen ablenken lassen und sein eigenes Tempo durchlaufen.

