



Lieber Panathlon-Club Aargau Lieber Bruno

Das Jahr 2020 neigt sich langsam dem Ende zu und ich möchte diesen Anlass nutzen, um mich bei meinen Trainern und Sponsoren zu bedanken für die riesige Unterstützung in dieser speziellen und schwierigen Zeit.

Wie bereits im Jahr 2019 angekündigt, habe ich im Januar dieses Jahres meinen Austausch in Rom begonnen und durfte einige großartige Monate in dieser kulturellen und sehr belebten Stadt verbringen.

Viele Trainingsstunden, sowohl im Triathlon als auch in der Leichtathletik, habe ich zusammen mit meinem Team absolvieren können. Nach drei Monaten kam dann leider der Lockdown und ich befand mich in einer neuen und unsicheren Situation. Nach 1.5 Monaten Lockdown habe ich den schweren Entscheid treffen müssen, meinen Austausch zu unterbrechen. Zurück in der Schweiz hat mich eine Verletzung weitere vier Wochen aufgehalten. Das grosse Saisonziel, die Europameisterschaft in Rieti (ITA), wurde abgesagt und viele Wettkämpfe auf Ende Jahr verschoben. Ich begann mit dem erneuten Aufbau im Juni und trainierte für die Wettkämpfe wechselweise in Rom und in der Schweiz. Mittlerweile sind diese aber vorbei und ich habe im Oktober mit dem Winteraufbau begonnen. Obwohl uns das Coronavirus immer noch den Alltag verdreht, kehre ich im Training sowie auch in der Schule zur gewohnten Routine zurück. Ich freue mich sehr auf das erste Trainingslager, dass bereits im Januar in Magglingen stattfinden wird. Auch für die nächste Saison habe ich mir grosse Ziele gesteckt. Zu Beginn des Jahres möchte ich eine gute Hallensaison absolvieren (sofern es Wettkämpfe gibt) und mich dann im Sommer vor allem auf die Europameisterschaften in Tallinn konzentrieren. Die Saison beende ich dann mit den Schweizermeisterschaften im September.

In grosser Vorfreude auf die neuen sportlichen Herausforderungen und Erfahrungen wünsche ich euch ganz frohe Weihnachten, einen gesunden Rutsch und viel Durchhaltevermögen im neuen Jahr.

Mit sportlichen Grüßen

Valentina Rosamilia

V. Rosamilia

