

SEPTEMBER 2023

NEUES VON ARIANE BURRI



Ausklang der Saison 2022/2023

Ende April endete meine Wettkampfsaison mit den Schweizermeisterschaften. Um die Saison ausklingen zu lassen, verbrachte ich eine Woche mit Freunden in Crans-Montana. Das war weniger ein Trainingstrip, sondern eher eine Gelegenheit, um einfach zu genießen und ohne Stress Snowboarden zu gehen. Diese Saison wurde mir wieder einmal bewusst, wie wichtig es ist, Zeit zum Snowboarden einzuplanen, da man oft von Ort zu Ort reist, ohne wirklich viel auf dem Brett zu stehen. Reisen beansprucht viel Zeit, daher ist es für mich umso bedeutender, aktiv Zeit für das Snowboarden zu finden und an alten sowie neuen Tricks zu arbeiten.

Danach hatte ich zwei Wochen Ferien, die sich eher als Lernferien herausstellten. Da ich im Winter weniger Zeit für mein Psychologiestudium hatte, musste ich im Frühling richtig Gas geben, um die Prüfungen im Sommer zu bestehen. Bis Ende Juni war es deshalb eine sehr anstrengende Zeit für mich, da ich das Training und den Prüfungsstress irgendwie unter einen Hut bringen musste.



VORBEREITUNG FÜR DIE NEUE SAISON

Der größte Teil unseres Trainings verbringen wir auf dem Airbag in Österreich oder Leysin. Dort können wir entweder unsere Tricks festigen oder ganz neue Tricks für die nächste Saison erlernen. Wir haben eine Schanze aus Plastikteppich und landen dann auf einem Luftkissen, so dass wir auch mal nicht auf den Füßen landen können, und es tut nicht ganz so weh wie auf dem Schnee.

Das Training verlief sehr gut, ich konnte drei neue Tricks lernen, die ich gerne in der nächsten Saison auch auf dem Schnee umsetzen möchte. Zum einen den Frontside Double 1080, das sind drei Schrauben und zwei Saltos. Der zweite Trick ist der Cab 1260, hier fahre ich Switch (mit dem falschen Fuß vorne) an und mache dann 3,5 Drehungen um die eigene Achse, dabei bleibe ich jedoch flach und gehe nicht über Kopf. Der dritte und letzte neue Sprung ist ein Backside Double 1260, hier mache ich ebenfalls 3,5 Drehungen, aber zusätzlich auch noch zwei Saltos. Nun habe ich noch ein bisschen Zeit, um diese Tricks zu verfeinern, um sie dann auch auf dem Schnee umzusetzen.

Neben dem Airbagtraining war ich jede Woche am Trampolin, um auch so das Luftgefühl zu verbessern und einige Tricks, die ich auf dem Snowboard mache, dort zu üben. Was natürlich nicht fehlen darf, war das Krafttraining. Zweimal in der Woche stemme ich Gewichte mit meinem Konditionstrainer Tommy Herzog.



HERBER RÜCKSCHLAG

Eigentlich wäre ich schon bald nach Neuseeland gereist, um dort auf dem Schnee zu trainieren. Leider habe ich mich jedoch im letzten Training vor der Abreise verletzt. Beim Landen auf dem Airbag in Österreich habe ich mir den Fuß verdreht und den äußeren Knöchel gebrochen. Leider muss dieser Bruch mit einer kleinen Platte stabilisiert werden, das bedeutet, anstatt im Flugzeug nach Neuseeland zu sitzen, liege ich jetzt im Spital Balgrist und warte auf meine Operation. Glücklicherweise handelt es sich jedoch nicht um einen komplizierten Bruch, und die Reha sollte nicht allzu lange dauern.

Mein Ziel ist es, im November wieder auf dem Snowboard zu stehen, und dafür werde ich alles Mögliche unternehmen. Ich werde stärker zurückkommen!



EIN GROSSES DANKESCHÖN GEHT AN MEINE SPONSOREN. OHNE EUCH WÄRE DIES NICHT MÖGLICH!



VERBANDSSPONSOREN



GÖNNER 1260-ER CLUB

- Karin Gabriel, Gabriel Glas Eschenbach
- Daniel Kronenberg, Brioche Eschenbach
- Angela Egli, Chochiwage GmbH
- Brunz & Pfupf Pralinen
- Physiotherapie Burri
- Urban Jung
- Nadja Egidio
- Florence Burri
- Martin Schuler
- Manfred Weber

