



COACH FÜR AUSDAUERSPORTLER MARATHON – TRIATHLON – GIGATHLON - IRONMAN

## Medienmitteilung

Neues Trainingsprogramm vom Ausdauer- Experten Reto Nicca

# NEUES WETTKAMPF-COACHING FÜR BESTLEISTUNGEN IM AUSDAUERSPORT

Mit dem neuen Trainingsprogramm ‚WETTKAMPF- COACHING‘ bietet der Ausdauer-Experte Reto Nicca ein persönliches Coaching vor und am Wettkampf an.

Die Hochsaison für Halbmarathon, Marathon, Triathlon, Ironman und Gigathlon steht vor der Türe. Jetzt gilt es, ruhig und gezielt die letzten Vorbereitungen zu treffen. Doch vielen Ausdauersportlern fehlt In dieser Phase die Zeit und die Übersicht, um am Wettkampf ihre Bestleistungen abrufen zu können.

### **WETTKAMPF- COACHING durch persönlichen Coach**

Im WETTKAMPF- COACHING mit dem Ausdauerexperten Reto Nicca als persönlicher Coach lassen sich folgende Ziele erreichen: Cleveres Training, richtige Ernährung & genügend Erholung während der letzten zwei Wochen. Für den Wettkampf selbst wird das taktische Wettkampfkonzzept erstellt und die mentalen Voraussetzungen für den Erfolg geschaffen.

### **Halbmarathon, Marathon, Triathlon, Ironman & Gigathlon in Bestform laufen**

Einen Halbmarathon, Marathon, Triathlon, Ironman & Gigathlon erfolgreich zu bestehen gelingt nicht ohne professionelle Vorbereitung in den Tagen und Stunden davor. Mit einem WETTKAMPF- COACHING mit einem erfahrenen Coach für Ausdauersportler kann aber jeder Athlet beim nächsten Wettkampf in Bestzeit ankommen.

### **Im richtigen Zeitpunkt zur Bestform auflaufen.**

Ausdauer-Experte Reto Nicca zum neuen Angebot: „Das neue WETTKAMPF

COACHING empfehle ich auch Anfängern. In den Trainingsphasen 'Tapering' bis zur Wettkampf Analyse werden die individuellen Voraussetzungen wie Ziele, Prioritäten, Stärken, Befindlichkeiten berücksichtigt. Damit werden Ausdauersportler motiviert, gesund und im richtigen Zeitpunkt zur Bestform auflaufen“.

### **Kostenoptimiertes „WETTKAMPF- COACHING“ für Ausdauersportler**

WETTKAMPF- COACHING für Ausdauersportler ist eine gute Investition. Es sichert den Erfolg durch persönliches Coaching an kritischen Tagen vor und während dem Wettkampf. WETTKAMPF- COACHING beinhaltet individuelle Coaching-Sessions, die individuelle Ernährung, das taktische Wettkampfverhalten und das eigentliche WETTKAMPF- COACHING. Das WETTKAMPF- COACHING endet nach dem Wettkampf mit einer Wettkampf-Analyse.

### **WETTKAMPF- COACHING frühzeitig buchen**

Das auf Athleten individuell abgestimmte WETTKAMPF- COACHING braucht seine Vorbereitungszeit. Reto Nicca stellt jedes WETTKAMPF- COACHING individuell zusammen und offeriert es auf Anfrage.

Weitere Informationen:

### **Wenn Ausdauer zur Spitzenleistung werden soll**

Professionelles Trainingsprogramm „WETTKAMPF- COACHING“

Reto Nicca

Ausdauerexperte und Performance Trainer safs

St. Annastrasse 11, CH-6030 Ebikon

Tel. 041 440 54 25, Natel 077 43 44 977

[nicca@trainingsplan-ausdauer.ch](mailto:nicca@trainingsplan-ausdauer.ch)

[www.trainingsplan-ausdauer.ch](http://www.trainingsplan-ausdauer.ch)