

Newsletter Michael Göhner - August 2006



Herzlichen Dank an meine Partner



Vorfreude auf Hawaii

Liebe Freunde und Sponsoren,

Die erste Saisonhälfte ist nun vorbei. Und sie war für mich sehr erfolgreich. Jedoch haben die zahlreichen Wettkämpfe auch ganz schön viel Kraft gekostet. Deshalb habe ich mir nach der Ironman European Championship Ende Juli in Frankfurt erst einmal zehn Tage Urlaub am Lago Maggiore in Italien gegönnt. Dabei habe ich gemerkt, wie dringend nötig diese Regeneration für mich war.

Seit Mitte August habe ich nun - bestens erholt - mit der Vorbereitung auf meinen Saisonhöhepunkt in Hawaii begonnen. Die Motivation ist riesig und ich erhoffe mir eine Top-Platzierung beim wichtigsten Ironman-Rennen der Welt.

Um dieses Ziel zu realisieren, werde ich im September und Oktober noch einige kleine Aufbauwettkämpfe bestreiten und für zwei Wochen nach Cesenatico (Italien) ins Trainingslager fahren.

Ich wünsche euch allen weiterhin eine schöne Sommerzeit und bis bald

Viele Grüße aus Reutlingen

Michael Göhner

www.michael-goehner.de

