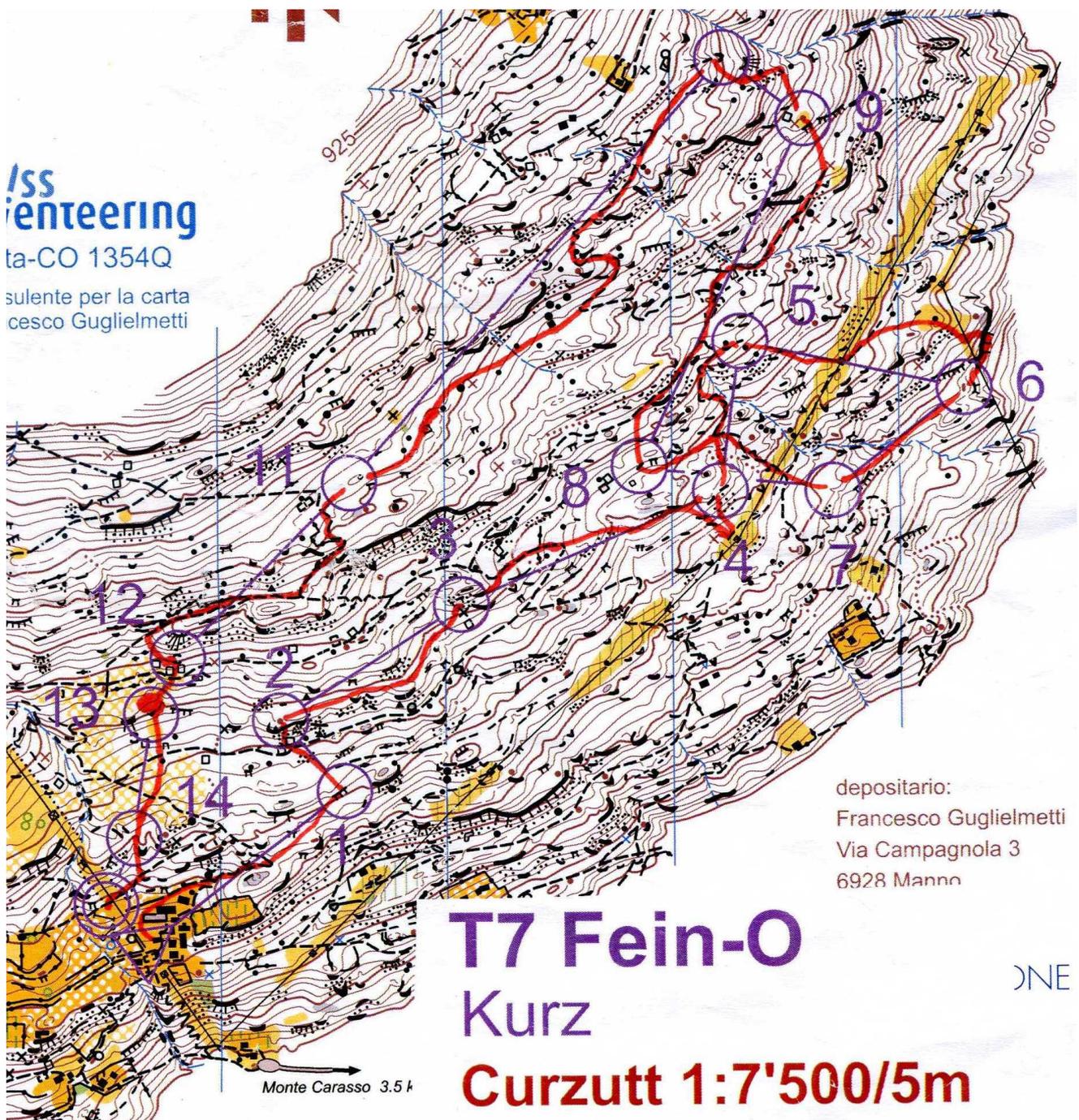


# Nadia Jakob - Die Saison 2014

2014 war wieder viel los im Kader. Ausser im Juni und Juli, hatten wir in jedem Monat mindestens ein Kaderweekend. Im Januar ging es auf die Langlauskis in Kandersteg. Einen Monat später trainierten wir auf der Leichtathletikbahn in Yverdon-les-Bains. Der Beginn des Kazu im März war im Kanton Solothurn, mit einem Nacht –OL im Pfaffenweier.

Ein Jahreshöhepunkt war die Trainingswoche im Tessin. Eine Woche waren wir im Campo Pestalozzi, mitten im schönen Wald in Arcegno. Speziell in Erinnerung bleibt mir das Training auf der Karte Curzutt. Wir hatten einen langen Anfahrtsweg. Es hatte viel Steigung und daher war das Tempo nicht so schnell. Vor Posten 6 traf ich eine Wildsau, die mich erschreckte und ich darum in die unpassierbare Felswand gelangte. Ich konnte weder rauf noch runter klettern. Dank eines Baumes, gelang mir die Rettung. Da ich im klettern schon etwas geübt war, machte es mir auch nichts aus als ich im FunO mit Joey Hadorn, Nils Eyer und Florian Moser auf der jagt nach dem Osterhasen eine Unpassierbare Felswand (zur Abwechslung Mal) hinauf kletterte.





Im Mai standen die Selektionsläufe für die EYOC auf dem Programm. Nach einem Sprint in Estavayer-le-Lac, ging es in den französischen Jura. Im Mai und Juni nahm ich auch an einigen Strassenläufen teil. Es fing an mit dem Altstadt-GP in Bern. Als Training für den Gempen-Berglauf, nahm ich am Wengi-Berglauf teil, der zugleich als Kantonale Berglaufmeisterschaft ausgeschrieben war. Da es zuwenig Jugendliche hatte, wurde ich mit der Hauptklasse rangiert. Natürlich hatte ich gegen Martina Strähl an meinem ersten Berglauf keine Chance. Aber ich wurde zweite!

#### Rangliste Kantonale Berglaufmeisterschaften Frauen

1	F20	Strähl	Martina	1987	Oekingen
2	F18	Jakob	Nadia	1998	Biberist
3	F20	Jäggi	Fabienne	1989	Solothurn
4	F20	Ackermann	Melanie	1992	Wolfwil
5	F20	Müller	Andrea	1991	Ramiswil
6	F20	Probst	Sandra	1992	Ramiswil

Nach dem Gempenberglauf stand noch der Schweiz. Firmenlauf auf dem Programm. Im Juli nahm ich vor der OL-WM am Zuschauer Stadt-OL in Venedig teil. Da lehrte ich, wie man möglichst schnell, mit ausgefahrenen Ellbogen möglichst viele Leute zur Seite bugsierte. Anschliessend ging es an die Swiss O Week in Zermatt. Vom Trainingslager im franz. Jura, konnte ich leider nur an den ersten drei Tagen teilnehmen, da meine Lehre mit einem Einführungskurs anfang.

Im September stand das Vorbereitungsweekend für den Jugend-Cup in der Region von Langnau auf dem Programm. Der Jugend-Cup war ein Höhepunkt am Saisonende. Auf der Engstligenalp startete ich in der Staffel eine Kategorie höher. Es war anstrengender Lauf, da man zum ersten Posten ca.100 Hm absolvierte. Auch am Nationalen am Sonntag auf der Aeschlenalp war wieder super Wetter. Es resultierte ein guter zweiter Rang. Ohne die Verletzung von Joana, wäre sogar die Titelverteidigung möglich gewesen. Zwei Wochen später, vor der TOM, hatten wir bereits den nächsten Zusammenzug. Dort konnte ich leider nicht mittrainieren, da ich verletzt war. Am letzten Kaderzusammenzug in Habkern war auch Fabienne neu dabei. Sie war auch schon im Vorbereitungsweekend und am Jugend-Cup dabei, aber zu dieser Zeit noch nicht im Kader.

Die Saison verlief für mich zufriedenstellend. Im Frühling waren die Resultate teilweise noch nicht so, wie ich sie erwartet hatte. Im Herbst lief ich aber bei fast allen Nationalen in die ersten zehn. Am Valiant Cup wurde ich zweite. Unser Kader ist in unserer Kategorie stark vertreten, so war ich im Toggenburg als achte, nur die viertbeste Kaderläuferin von Bern/Solothurn. Nebst den vielen Trainings, Läufen, nahm ich an ca 50 Wettkämpfen teil, davon auch Ski- und Bike-OL.