

Erfolgsgeheimnis enthüllt: Laurent Meuwly - der Coach hinter Femke Bol's Triumpfen

Entdecken Sie alles über Femke Bols Coach Laurent Meuwly, dem Mann hinter der Olympionikin! Erfahren Sie, wie er ihren Erfolg vorangetrieben hat und welche Pläne er für die Zukunft hat.

Laurent Meuwly: Der Mann Hinter Dem Erfolg von Femke Bol

Die Niederländerin Femke Bol hat sich zur Rockstar-Sportlerin im Leichtathletikbereich entwickelt und beeindruckende Leistungen erzielt. Mit einem triumphalen Abschluss von 50,95 Sekunden im 400-Meter-Hürdenrennen setzte sie sich an die Spitze und erreichte dabei als zweite Athletin überhaupt eine Zeit von unter 51 Sekunden. Ihre beeindruckenden Erfolge umfassen 5 Goldmedaillen bei den Europameisterschaften, 2 Silbermedaillen bei den Weltmeisterschaften sowie eine Bronzemedaille im 400-Meter-Hürdenlauf bei den Olympischen Spielen 2020 in Tokio.

Durch Höhen und Tiefen ihrer Erfolgsreise begleitete die 24-jährige Athletin stets ein konstanter Wegweiser. Bol nimmt derzeit erfolgreich an bedeutenden Wettkämpfen teil, darunter die Diamond League. Doch wer ist dieser Wegweiser für die Leichtathletik-Sensation? Lassen Sie uns eintauchen.

Der Schweizer Coach Laurent Meuwly im Fokus

Nach 30 Jahren Hingabe an den Sport begann Laurent Meuwly seine Trainerkarriere im Alter von 18 Jahren. Derzeit ist er Cheftrainer für Sprint, Hürden und Staffellauf in den Niederlanden, nachdem er zuvor als Cheftrainer in der Schweiz tätig war.

Unter Laurent Meuwlys Anleitung gelang es Femke Bol, im Jahr 2023 mit einem dynamischen Lauf von 49,26 Sekunden bei den niederländischen Hallenmeisterschaften den Weltrekord zu brechen. Sie stellte auch eine Weltbestleistung im 500-Meter-Lauf bei den Europameisterschaften auf. Femke gewann außerdem den 400-Meter-Lauf und war Teil der 4×400-Meter-Staffel, die den nationalen Rekord brach.

Auf der anderen Seite sicherte sich Lieke Klaver unter Meuwlys Anleitung die Silbermedaille über 400 Meter bei den Europameisterschaften sowie das niederländische Männer-Staffelteam über 4×400 Meter die Bronzemedaille in Istanbul. Der Coach von Femke Bol hat bereits zahlreiche Sportstars betreut, darunter Ajla Del Ponte, Lea Sprunger, Bram Peters und viele mehr.

Neben renommierten Auszeichnungen wie dem ‚Coaching Achievement Award‘ im Jahr 2023 veröffentlichte Laurent Meuwly mehrere Artikel über Coaching und trat als Redner bei nationalen und internationalen Trainerveranstaltungen auf. Sein Beitrag zum Erfolg von Femke Bol war außergewöhnlich, da er ihr kontinuierlich half, sich zu verbessern.

Laurent Meuwlys Einfluss auf die Leistungssteigerung von Femke Bol

Femke Bol ist zweifelsohne eine bemerkenswerte Leichtathletik-Größe, wie ihre Hingabe und Erfolge belegen. Ihr Sturz im Jahr 2023 kostete sie jedoch eine Medaille. Coach Meuwly akzeptierte die Situation und versprach, ihre Leistung in Zukunft zu steigern. Er erklärte: „Wir könnten sagen: ‚Vielleicht war die Bahn wirklich schnell und vielleicht konnten wir 2022 nicht die

gleichen Bedingungen finden‘ aber letztes Jahr war sie physisch besser, konnte aber ihre Zeit nicht verbessern. Wir haben beide erkannt, dass wir am Ende dieses Konzepts mit den 15 Schritten angekommen waren.“

Meuwly arbeitete daran, Bol neu zu trainieren, und schlug einen neuen Plan vor. Sein Plan, dass Femke zwischen den ersten 7 Hürden 14 Schritte machen sollte und dann ihre Endgeschwindigkeit maximieren sollte, indem sie zwischen den letzten drei wieder auf 15 Schritte zurückgeht, bewährte sich im Sinne von Bol, da sie ihre Erfolgsgrenze weiter erhöhte.

Laurent sagt dazu: „Es gab Anzeichen im Training, aber man benötigt immer die Bestätigung im Wettkampf, um ‚jetzt bin ich besser als zuvor‘ zu bestätigen“, und fügte hinzu: „14 Schritte passen besser zu ihren Qualitäten. Alles lief perfekt auf dem Weg zu den Weltmeisterschaften.“

Das Training des Trainers über die richtigen Bewegungen verändert die Leistung des Spielers auf und neben der Bahn, und diese Episode ist ein lebendiges Beispiel dafür. Was sind Ihre Gedanken zu Femke Bol? Kommentieren Sie unten und lassen Sie es uns wissen!

– **NAG**

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de