

Manuel Munsch, 2.7.1995 - Kanuslalom

Wohnort: Birsfelden

Körpergrösse: 170 cm

Körpergewicht: 67 kg

Spitzname: Manu

Hobbies: Reisen,

Ausbildung: Bachelor of Engineering - Maschinenbau

Idol: Peter Kauzer

Lebenseinstellung (Motto):

«Wenn ich etwas erreichen will, gebe ich alles, um dieses Ziel zu erreichen, ohne dabei die Freude an der Sache zu verlieren»

Vereine:

Verein Slalom Region Basel (einer der Gründer 2012)

CADPA Huningue

Trainer:

Bis 2017 Medhi Deguil im Stützpunkt Slalom Region Basel

seit 2017 Christian Bahmann (Persönlicher Trainer und Nationaltrainer) im nationalen Leistungszentrum

Trainingspartner:

Lukas Werro in Basel, während Trainingslagern im Ausland mit Athleten anderer Nationen, in Bratislava mit dem Schweden Isak Öhrström. Im Nationalen Leistungszentrum mit Gerome Martin und Dimitri.

Trainingsumfang:

Zwischen 12 und 15x pro Woche, Trainingsumfang ca. 12-17 Stunden. Das Training umfasst meist Training im Boot, Kraft und weitere Einheiten wie Joggen. Eine durchschnittliche Woche zu Hause besteht aus ca. 10 Trainings auf dem Wasser (meist auf dem Parc des eaux vives in Huningue), 3 Krafttrainings und 2 mal Joggen.

Verletzungen:

Zwischen 2011 und 2012 dreimal die linke Schulter beim Paddeln ausgerenkt, bevor die Schulter 2012 operiert wurde. Seither keine Probleme mehr mit der Schulter.

2017 Sehnenverletzung an der linken Hand (3 Monate Trainings- und Wettkampfpause) bei Heimarbeit

Sportliche Entwicklung:

2003 – 2006 TV Birsfelden, Handball

2005 Erste Paddelerfahrten im Kinderkurs der Globepaddler

2006 Erste Teilnahme an Abfahrts- und Slalomrennen

2009 Aufnahme ins Nachwuchskader des Schweizerischen Kanu-Verbandes

2009 Schweizer Meister der Kategorie Schüler im Slalom, Abfahrt (Sprint und Klassisch) und Regatta (Kurz- und Langstrecke K1)

2010 Beginn des Slalomtrainings im Parc des eaux vives in Huningue

2012 Gründung des Vereins Slalom Region Basel mit verbesserten Trainingsstrukturen und einem eigenen Trainer, erste Leistungsgruppe mit 7 Athleten, Erste internationale Rennen EM/WM

2013 Junioren-EM in Bourg St. Maurice 6. Rang

2014 Erster Start im Weltcup Elite, Olympia-Strecke in London

2015 Erster Schweizer Meistertitel Slalom in der Elite

2016 Sport-RS

2017 Nationales Leistungszentrum des SKV wir in Huningue eröffnet, Aufnahme ins Olympia-Team



**BASEL
IST
SPORT.**

*Baselland, Qualifikation für N1-Rennen in Frankreich (höchste Leistungsklasse)
2018 Aufnahme ins A-Kader Slalom Elite, Gewinn der Bronzemedaille mit dem Schweizer U23-Team bei den
EM in Bratislava, Erster Start an einem Grossanlass in der Elite an der WM in Rio de Janeiro*

Wichtigste Erfolge Schweiz:

*2013 1. Rang Schweizer Meisterschaft Junioren
2014 3. Rang Schweizer Meisterschaft Elite
2015 1. Rang Schweizer Meisterschaft Elite
2016 2. Rang Schweizer Meisterschaft Elite
2017 7. Rang Schweizer Meisterschaft Elite
2018 3. Rang Schweizer Meisterschaft Elite
2019 4. Rang Schweizer Meisterschaft Elite
2019 42. Rang Weltcup 1 London
2019 17. Rang Weltcup 2 Bratislava
2019 42. Rang Weltcup 3 Ljubljana
2019 55. Rang Weltcup 4 Leipzig
2019 48. Rang Weltcup 5 Prag
2019 32. Rang Elite WM La Seu d'Urgell
2019 7. Rang Team Elite WM La Seu d'Urgell*

Ranking International:

*2015 Rang 106
2016 Rang 96
2017 Rang 87
2018 Rang 89
2019 Rang 64*

Sportliche Einstufung im Verband:

*Nationales U23-Kader
Elite B-Team*

Bedeutendstes Ereignis:

*2019 32. Rang Elite WM La Seu d'Urgell (Mit diesem Resultat Erreichen des Quotenplatzes für Tokio, jedoch
reichte es in der nationalen Qualifikation nicht.*

Zielsetzungen:

«Ich werde immer alles geben, um meinen olympischen Traum zu verwirklichen»

Kurzfristig: Weitere Weltcup-Halbfinale fahren

Mittelfristig: Finale an Weltcups

Langfristig: Medaille Olympische Spiele Paris 2024, Medaillen an EMs und WMs