

Cun forza mentala al secund tetel da campiunessa grischuna

In portret dalla tiradura Nadja Caviezel

DA FLURINA ALIG-CAJOCHEH / ANF

■ Dacuort ha la Lumneziana Nadja Caviezel gadinu per la secunda gada en roda il tetel da campiunessa grischuna en sitta culla buis d'aria sin la distanza da 10 meters ella categoria d'elita. En quella ha la tiradura da Camuns gest contenschiu dus novs records grischuns. Aschia s'aida la giuvna da 21 onns denter ils pli grands talents dil sport da tir grischun. Da saver defender il tetel da campiunessa grischuna ei stau in fetg bi sentiment per Nadja Caviezel ch'ei coanombra dall'unian Tiradurs sportivs Surselva. Già da biata entschatta valeva ella sco favorita, quei ch'ei buca mai sempel per ella: «Per l'ina stundel jeu buca bugen el center e per l'autra crel jeu fetg nervosa», declara la tiradura. Mo in recept per combatter tals sentiments enconuscha Caviezel: nomnadamein emperder da daventar mentalmein ferma. Bia buna tipa persuenter ha ella survegniu dad Yvonne Margerli, la menadra dil J & S dalla Federaziun grischuna dil sport da tir. Aschia seigi p. ex. fetg d'avantag da discuorer cun sezza duron il sitta a moda positiva. Patrats negativs han buca plaz. Sper ina forza mentala drovi tenor Caviezel era auzas habilitads per esser ina buna tiradura. Aschia stoppien ins haver in bien sentiment pul tjeip ed esser precis. «Quei ein tut habilitads ch'ein era fetg nizevlas per la veta privata e professunala», accentuscha la giuvna.



Nadja Caviezel da Camuns ei ina tiradura ordvart talentada.

Bab e foglia seconcurrerzschan

Las empremas experientschas vid il stan da 10 meters ha Caviezel fatg cun 16 onns duront l'Ilhga a Glion. Sii bab

ha animau ella dad empruar inagada. Cun Giusep Blumenthal da Ruschein ha ella asega profitat dad in trenader fetg capavel. Il sitta culla buis d'aria ha directamein plaschiu alla giuvna che la

vura dapresent en in biro dalla vischnanica da Flem. Insumma ein ella e sii bab fervents amaturis dil sport da tir. Sper ils 10 meters setta la Lumneziana era aunc 50 metets, tuttina sco

sii bab. «Nus concurrerzeln in l'auter e quei animescha da trenar e da daventar megliers», gi Caviezel cun in surrit.

Meins popular el Grischun

Malgrad ch'ei detti enzacons novits, en special el sitta sin la distanza da 50 metets, seigi il sport da tir buca aschi popular el Grischun sco en auters cantuns. «Il motiv ei – creiel jeu – ch'ins sa buca viver da quei sport sco quei ch'igl ei pussivel tiel sport da ski», di Caviezel. Per carmalar novs commemberts meina l'unian da Tiradurs Surselva ming'onn atras cuors per juvenils. Per ch'ls trenaders sappien accompagnar pli effectiv minga singul tiradur seigi ei magari nuota schlier sch'il diember da participonts seigi plitost pigns.

Pliis plans pigl avognir

Sche la motivaziun tonscha, lu emprova la Lumneziana danovamein da daventar commembra dil cader da tir dalla Svizra orientala. Già avon onns eis ella stada tiradura dil cader, ha denton calau suenter bien in onn. In duas fins d'janina al meins a trenar egi Appenzell e vitier aunc far liungs viadis a Berna per concurrerz cun l'elita svizra ei da lex temps stau memia bia per ella. Actualmein seprepara Caviezel pil campionadi svizzer che ha liug ils 6 da mars a Berna. Per quei eis ella sequalificada cun in fetg bien resultat.