



Kerstin Schmidt
Nationalmannschaft
Sommerbiathlon/Target Sprint
Edelweiß Siegritz

Hallo, mein Name ist Kerstin Schmidt, bin 27 Jahre alt und wohne in Siegritz in der ländlichen Region am Steinwald, Landkreis Tirschenreuth. Ich besuchte die Mittelschule in Erbendorf und schloss diese mit der Mittleren Reife ab. 2008 entschloss ich mich zu einer Ausbildung zur Bäckerin und beendete diese erfolgreich. Arbeite auch jetzt noch mit Leidenschaft tagtäglich in meinem Beruf als Bäckerin.

Das Wurzelschnitzen ist ein weiteres Hobby von mir, bei dem ich so richtig abschalten kann, weil man sich auf andere Dinge konzentrieren muss.



Das Mountainbike fahren ist ein guter Ausgleich zum Sommerbiathlon und ergänzt sich wiederum gleichzeitig.



Natürlich engagiere ich mich auch aktiv in der freiwilligen Feuerwehr. Und ich glaube, die Mitarbeit in der elterlichen Landwirtschaft kann man auch als Hobby bezeichnen.

2001 wurde ich Mitglied im Schützenverein Edelweiß Siegritz und von 2004 bis 2006 im OSB-Gewehrkader.

2007 habe ich das Talent zum Pistolenschießen entdeckt und qualifizierte mich in der Schülerklasse zur Deutschen in München/Hochbrück.

2008 und 2009 startete ich mit dem Luftgewehr in der Jugendklasse bei der Deutschen Meisterschaft und erzielte mittlere Platzierungen.

2010 schaffte ich in der Disziplin KK-Liegendkampf in der Juniorenklasse die Qualifikation zur Deutschen Meisterschaft in München und erreichte mit 586 Ringen den 12. Platz.

Was ich ganz gerne vergesse, Titel auf Vereins- und Gauebene waren auch dabei.

2004 traf ich wahrscheinlich die beste Entscheidung! Ich begann mit der sehr jungen Sportart, dem Sommerbiathlon. Ein Start bei der Deutschen hat diese Entscheidung noch leichter gemacht.

2008 wurde ich am Arber zweimalige Deutsche Meisterin. Hier begann der Start meines Erfolges.



Kerstin in „Aktion“!

2013 hat mir Zeiler Herta den Target Sprint nähergebracht. Ebenso wurde ich in diesem Jahr in die Nationalmannschaft aufgenommen.
Von da an war ich immer unter den Top drei.

Ein kleiner Höhepunkt war für mich die Teilnahme 2017 bei der ersten **Weltmeisterschaft** im Target Sprint in Suhl.
In der Einzelwertung wurde ich mit der **Bronzemedaille** belohnt.



2018 bei der **Weltmeisterschaft im Target Sprint in Changwon (Südkorea)** war mein Jahr.

Ich wurde dreimalige Weltmeisterin im Einzel, Team und Team-Mixed.

2019 war für mich fast die wichtigste Saison, alle schauen auf die Weltmeisterin! Ich denke aber, mit 7 Siegen von 10 Wettkämpfen, habe ich meinen Titel bestätigt!

In den Wintermonaten schieße ich Luftgewehr als Training in der Bezirksligamannschaft meines Vereins.

Bei Schützenmangel unterstütze ich auch die Pistolenmannschaft in der Bezirksliga mal ganz gerne.

Nachstehend meine Erfolge:

Platzierung bei der Deutschen Meisterschaft Sommerbiathlon

& WM Target Sprint

2004	Arber	Platz 17.	Im Sprint LG	Schüler
2005	Altenberg	Platz 15.	Im Sprint LG	Schüler
2006	Oberhof	Platz 33.	Im Sprint LG	Schüler
2007	Oberhof	Platz 6.	Im Sprint LG	Schüler
2008	Arber	Platz 1.	Im Sprint LG	Jugend
2008	Arber	Platz 1.	Massenstart LG	Jugend
2009	Altenberg	Platz 1.	Im Sprint LG	Jugend
2009	Altenberg	Platz 1.	Massenstart LG	Jugend
2010	Altenberg	Platz 5.	Im Sprint LG	Juniorminnen
2010	Altenberg	Platz 5.	Massenstart LG	Juniorminnen
2010	Altenberg	Platz 2.	Staffel LG	Juniorminnen
2011	Arber	Platz 2.	Im Sprint LG	Juniorminnen
2011	Arber	Platz 3.	Massenstart LG	Juniorminnen
2011	Arber	Platz 2.	Staffel LG	Damen
2012	Oberhof	Platz 1.	Im Sprint LG	Juniorminnen
2012	Oberhof	Platz 1.	Verfolgung LG	Juniorminnen
2013	Clausthal - Zellerfeld	Platz 1.	Im Sprint LG	Juniorminnen
2013	Clausthal - Zellerfeld	Platz 1.	Massenstart LG	Juniorminnen
2013	Altenberg	Platz 2.	Im Sprint KK	Juniorminnen
2013	Altenberg	Platz 1.	Massenstart KK	Juniorminnen
2014	Clausthal - Zellerfeld	Platz 4.	Im Sprint KK	Damen I
2014	Clausthal - Zellerfeld	Platz 3.	Massenstart KK	Damen I
2014	Clausthal - Zellerfeld	Platz 3.	Im Sprint LG	Damen I
2014	Clausthal - Zellerfeld	Platz 1.	Massenstart LG	Damen I
2015	Arber	Platz 2.	Im Sprint KK	Damen I
2015	Arber	Platz 2.	Massenstart KK	Damen I
2015	Arber	Platz 3.	Im Sprint LG	Damen I
2015	Arber	Platz 3.	Massenstart LG	Damen I
2015	Arber	Platz 3.	Staffel LG	Damen I
2015	München	Platz 2.	Target Sprint	Damen I
2016	Altenberg	Platz 4.	Im Sprint KK	Damen I
2016	Altenberg	Platz 4.	Massenstart KK	Damen I
2016	Altenberg	Platz 2.	Im Sprint LG	Damen I
2016	Altenberg	Platz 2.	Massenstart LG	Damen I
2016	Altenberg	Platz 3.	Staffel LG	Damen I
2016	München	Platz 2.	Target Sprint	Damen I
2017	Altenberg	Platz 1.	Im Sprint KK	Damen I
2017	Altenberg	Platz 3.	Massenstart KK	Damen I
2017	Altenberg	Platz 1.	Im Sprint LG	Damen I
2017	Altenberg	Platz 2.	Massenstart LG	Damen I
2017	München	Platz 2.	Target Sprint	Damen I
2017	WM Target Sprint, Suhl	Platz 3.	Einzel	Damen I
2017	WM Target Sprint, Suhl	Platz 2.	Team	Damen I
2018	Suhl	Platz 2.	Target Sprint	Damen I
2018	WM Target Sp. Changwon	Platz 1.	Einzel	Damen I
2018	WM Target Sp. Changwon	Platz 1.	Team	Damen I
2018	WM Target Sp. Changwon	Platz 1.	Team-Mixed	Damen I
2018	Arber	Platz 2.	Massenstart KK	Damen I
2018	Arber	Platz 1.	Massenstart LG	Damen I
2019	Suhl	Platz 1.	Target Sprint	Damen I
2019	Clausthal - Zellerfeld	Platz 1.	Sprint KK	Damen I
2019	Clausthal - Zellerfeld	Platz 1.	Massenstart KK	Damen I
2019	Schmallenberg - Jagdhaus	Platz 2.	Sprint LG	Damen I
2019	Schmallenberg - Jagdhaus	Platz 1.	Massenstart LG	Damen I

Umgang mit der Absage aller Wettkämpfe/Veranstaltungen

Ich glaube, dass ich ziemlich entspannt mit der Situation umgehe! Wie bei dem Einen oder Anderen schon bekannt ist, investiere ich nicht so viel wie ein manch anderer Sportler, mein Training ist hart und intensiv, aber solche Sachen wie zum Beispiel die Ernährung umstellen, oder den gesamten Alltag nach dem Training auszurichten kommen bei mir nicht in Frage.

Es ist natürlich schade, dass die ganzen Veranstaltungen abgesagt wurden! Denn jetzt ist es noch schwieriger, so ganz ohne Ziel sich selbst zu motivieren, um einigermaßen fit zu bleiben. Man geht ja trotzdem davon aus, dass irgendwann ein bisschen Normalität einkehrt, um startklar für eine neue Saison zu sein.

Alltag und Training

Mein Alltag hat sich fast nicht verändert! Wenn ich Vormittag von der Arbeit nach Hause komme, mache ich kleinere Arbeiten, die zuhause anfallen, wie zum Beispiel Rasen mähen oder ich widme mich meinen anderen Hobbys. Natürlich habe ich auch kleine Momente, wo ich nichts mache und einfach die Ruhe und Schönheit unserer Natur genieße.

Ich trainiere schon ein wenig, nur ein bisschen entspannter als sonst, ca. zweimal die Woche mache ich Trockentraining.

Laufen und Mountainbike fahren gehe ich schon regelmäßig, abwechselnd alle zwei Tage, vielleicht nicht ganz so intensiv wie für Wettkämpfe. Aber irgendwie hat man schon ein schlechtes Gewissen, wenn man sich nicht so viel bewegt, wie sonst die ganzen Jahre.

Trainingstipps an die Jugend

Ob es ein richtiger Tipp ist weiß ich nicht!

Aber ich finde, dass es ganz wichtig ist, den Spaß beim Training nicht zu vergessen und auch kleine Spielchen zu machen.

Ich glaube, mir hat auch geholfen, dass ich mir kleinere Ziele gesetzt habe, die man leichter schaffen kann! Jeder kleine Erfolg ist gut für die Motivation. Und mit mehreren kleinen Erfolgen schafft man auch irgendwann einen großen!

Vielen Dank für das Interview und wir wünschen Dir weiterhin viel Erfolg!