

Athletenportrait
Dagmar Gard, daggi

Das bin ich
geb: 10.07.1977
Wohnort wangen
zu mir gehören
Mein Mann Andi, meine Tochter Lotte samt Hund und Katze

Das mache ich beruflich
Irgendwas mit Marketing:)

Sportart
Triathlon

betreibe ich seit.
2002

Als ich noch schnell war , konnte ich diese Siege erringen:

als erstes den Sieg über meinen Schweinehund und dann auch über Limits im Kopf ...

ausserdem einige (Gesamt-)Top drei Platzierungen bei Läufen, Duathlons und Triathlons
besonders schön für mich:

3. Frau AK Ironman Regensburg

Mein Fleiss wurde mit folgenden Zeiten belohnt

Laufen:
Marathon:

3.16 H
HM : 1:28 H
10 km 39.54
5 km - weiss ich nicht mehr

Triathlon

Langdistanz:
10:18 H
Mitteldistanz/Olympisch/Sprint
-

Sonstige Highlights ...

Meine Highlights sind die Menschen, die neu zum Triathlon gekommen sind und einfach wunderbar gefiniht haben. Einfach klasse!

esse am liebsten:

Weisswein, falls das als Nahrung zählt?

Wenn mal wieder alles blöd läuft, helfen mir diese Worte:

Loslassen - locker machen - Mundwinkel nach oben!