

## Personalien

Selina Burch

Geburtsdatum: 12.06.1997

Wohnort: Zollikofen, Bern

Team: Lowa Trail Racers

Verein: LA Nidwalden

Beruf: Lehrperson

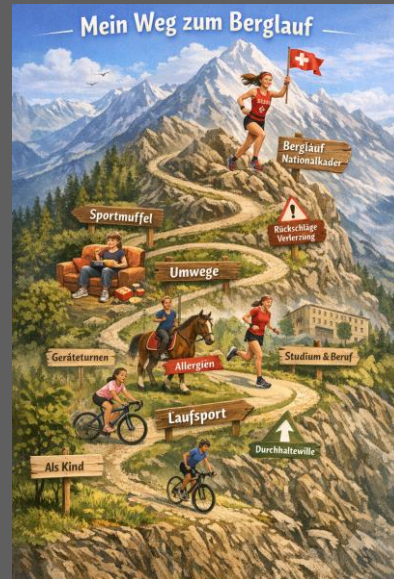
Kader: Berglauf (seit 2023)

## Rückblick aufs 2025

Nach einer erfolgreichen Saison 2024 war Selina Burch im Jahr 2025 während rund sechs Monaten verletzungsbedingt eingeschränkt (Stressreaktion Fibula). Trotz fehlendem Lauftraining qualifizierte sie sich für die Offroad-Weltmeisterschaft in Canfranc und belegte dort Rang 21. Parallel dazu erfolgte die dritte Selektion in Folge für das Schweizer Nationalkader Berglauf.

Diese Saison unterstreicht ihre mentale Stärke sowie ihre internationale Leistungsfähigkeit auch unter erschwerten Bedingungen.

## Sportliche Laufbahn



Der sportliche Weg verlief nicht geradlinig – genau darin liegt eine ihrer grössten Stärken. Nach ersten sportlichen Erfahrungen im Geräteturnen und Reitsport entwickelte Selina während des Studiums ihre Leidenschaft für den Ausdauersport.

## Weltmeisterin

Im Jahr 2022 durfte Selina ganz unerwartet ihren ersten Einsatz für das Schweizer Nationalteam Berglauf in Thailand laufen. Dabei wurde sie mit dem Team Berglauf-Weltmeisterin im Up-and-Down Rennen und erzielte die Team-Bronze Medaille im Uphill-Rennen. Gleichzeitig wurde sie in das Berglauf-Nationalteam aufgenommen.

## Motto

„Failure is when you stop trying.“

# SPONSORMAPPE

Selina Burch



<https://selina-burch.ch/>



Selina Burch

Schloss Reichenbach 1, 3052  
Zollikofen

+41 79 949 98 92

[selina-burch@bluewin.ch](mailto:selina-burch@bluewin.ch)

<https://selina-burch.ch>



## Highlights zu Fuss

- 2. Platz Berglauf SM 2022
- 3. Platz Cross SM 2022
- 4. Platz Cross SM 2023
- 1. Platz Jungfrau-Halbmarathon 2023
- 1. Platz Cirque Series Engelberg 2023
- 3. Platz Berglauf/Trail SM 24
- 11. Platz EM Annecy 2024

## Ziele

Selina hat in kurzer Zeit bereits sehr viel im Berglauf erreicht. Trotzdem möchte sie sich noch weiterentwickeln und verbessern.

Folgende langfristigen Ziele möchte sie noch erreichen:

- Schweizermeisterin Berglauf
- Podestplatz WM und EM Berglauf im Einzel
- Podestplatz Golden-Trail Series

**„Umwege erweitern die Ortskenntnisse und steigern die Kondition.“**

Selinas Training findet hauptsächlich auf dem Fahrrad statt und sie liebt es neue Wege zu erkunden, auch wenn diese nicht immer zielführend sind.



## Ausgewählte Zeitungsberichte

Luzerner Zeitung Okt. 2023

NZZ August 2023

NZZ Dez. 2022



***Vom Sportmuffel zur Spitzensportlerin.***



## Selina braucht deine Unterstützung, weil

Berglauf ist zwar eine vergleichsweise kostengünstige Sportart, das leistungsorientierte Training sowie internationale Wettkämpfe verursachen dennoch erhebliche Ausgaben. Der Trainingsschwerpunkt auf dem Rennvelo führt insbesondere bei Material und Unterhalt zu hohen Kosten.



## Sponsoring - Bedarf und Einsatz

Das sportliche Projekt von Selina Burch basiert auf einer langfristigen, eigenfinanzierten Aufbauarbeit. Während der gesamten Gymnasial- und Studienzeit absolvierte sie ein 100%-Pensum und trainierte parallel dazu rund 12–15 Stunden pro Woche.

Ergänzend finanzierte sie ihren Sport über Nebenjobs und trug sämtliche Kosten selbst.



**Eine finanzielle Partnerschaft ermöglicht eine nachhaltige sportliche Entwicklung, gezielte Regeneration sowie eine langfristige internationale Leistungsfähigkeit**



Mit dem Einstieg in die Berufswelt reduzierte sie ihr Arbeitspensum bewusst auf 80 %, um gezielter trainieren sowie Regeneration und Belastungssteuerung professioneller gestalten zu können. Diese Phase bedeutete sportlich einen wichtigen Entwicklungsschritt, finanziell jedoch eine zunehmende Belastung.

## Jahresbudget – 7600 CHF

- Trainingslager 4x/Jahr
  - Kosten: circa 2500 CHF
- Regelmässige Massage
  - Selbstbehalt: 1000 CHF
- Sportnahrungsmittel
  - Kosten: circa 600 CHF
- Startgelder
  - Kosten: circa 1500 CHF
- Ausrüstung (Schuhe, Bekleidung, etc.)
  - Kosten: circa 2000 CHF



***Sport und Beruf unter einen Hut zu bringen, erfordert Mut, Durchhaltewille und Ehrgeiz.***



Seit 2024 arbeitet Selina als Berufsschullehrperson. Endlich hat sie genügend Zeit, um den Sport professionell zu betreiben. Die Kehrseite sind die finanziellen Einbussen.

Gerne erläutere ich Dir in einem persönlichen Gespräch, wie ein Sponsoring-Partnerschaft konkret gestaltet werden kann