

casino online deutschland

Autor: symphonyinn.com Palabras-clave: casino online deutschland

Resumo:

casino online deutschland : Bem-vindo ao pódio das apostas em symphonyinn.com! Registre-se hoje e receba um bônus de campeão para começar a ganhar troféus!

átis. No entanto, alguns cassinos podem exigir que você siga requisitos rigorosos de stas de bônus antes de poder retirar ganhos. 8 Você pode ganhar dinheiro real com rodada e dinheiro grátis em **casino online deutschland** um cassino online? Sim, é possível ganhar prêmios em 8 **casino online deutschland** eiro com giros gratuitos. Free Spins No Deposit Win Real Money Promos - Oddschecker cheker.

conteúdo:

casino online deutschland

Sydney McLaughlin-Levrone rompe récord mundial en 400m vallas en los ensayos olímpicos de EE. UU.

Sydney McLaughlin-Levrone batió una vez más el récord mundial en los 400 metros vallas, con un tiempo de 50.65 segundos el domingo en los ensayos olímpicos de EE. UU.

En solo su cuarta carrera de 400 metros vallas de la temporada, la campeona olímpica defensora de 24 años superó todas las 10 vallas con facilidad, antes de acelerar hacia la línea de meta para establecer el récord por quinta vez. Cuatro de esas marcas ahora han llegado en la pista del Estadio Hayward de la Universidad de Oregon.

Una victoria abrumadora

Su victoria fue abrumadora, con una ventaja de 1.99 segundos sobre Anna Cockrell y 2.12 segundos sobre Jasmine Jones.

"Vas a correr por esa línea como nunca antes has corrido" - Sydney McLaughlin-Levrone reacciona a su carrera récord mundial.

Repercusiones en los Juegos Olímpicos

Esto no cambia tanto la trama para los Juegos Olímpicos - McLaughlin-Levrone ya era la favorita - sino que plantea la pregunta de lo que puede lograr a continuación.

Desde 2003-19, el récord mundial en esta prueba se mantuvo en 52.34. La estadounidense Dalilah Muhammad lo rompió dos veces en 2024 - la segunda vez en el Campeonato Mundial, en una carrera que desmoralizó a McLaughlin-Levrone y la llevó a cambiar de entrenador a Bobby Kersee.

Kersee ha cambiado todo para ella. Uno de los mayores ajustes fue reducir su número de zancadas entre las primeras vallas a 14. Ha sido un cambio que la ha colocado en una clase propia desde que estableció el récord mundial por primera vez, en los ensayos olímpicos de EE. UU. de 2024.

"He estado creciendo como persona y como atleta [con Kersee como mi entrenador]", dijo

McLaughlin-Levrone. "Me desafía y me empuja de maneras en que nunca pensé que fuera posible".

La conversación puede cambiar pronto a si puede romper la barrera de los 50 segundos en la prueba. Tal vez ya el 8 de agosto, la fecha de la final olímpica en París.

"Podría suceder", dijo Edwin Moses, bicampeón olímpico de los 400 metros vallas, a la Associated Press. "Quizás necesite un par de carreras más, pero eso es todo".

Alex Ferguson: el hada madrina de los entrenadores

Around this time in 2006, poco después de que Chelsea derrotara al Manchester United en Stamford Bridge y asegurara un segundo título de liga consecutivo, el teléfono de Sir Alex Ferguson sonó. Era alguno llamado Aidy Boothroyd, en aquel momento solo un joven y hablador entrenador que había llevado a su equipo del Watford a las semifinales de los playoffs de la Championship.

Boothroyd dijo más tarde que Ferguson le dio "perlas" de sabiduría y le prestó algunos libros. "Siempre está al final de la línea si alguna vez necesito ayuda. Creo que lo hace para todos", dijo Boothroyd.

Me sorprendió en ese momento. Ferguson tenía 64 años, ya se había retirado una vez, había ganado ocho títulos de la liga inglesa, estaba recibiendo críticas salvajes en ese momento debido al mal desempeño de su equipo (aun así, terminaron segundos), y solo se estaba preparando para ganar la liga nuevamente en cada uno de los próximos tres años y cinco de los próximos siete. Tenía, en resumen, mucho en su plato sin que lo perturbaran los consejos de fanáticos. Y sin embargo, ahí estaba, prestando libros a Aidy Boothroyd.

Un gesto recurrente

Dieciocho años y 25 nominaciones más tarde, el Watford recientemente nombró a Tom Cleverley como entrenador interino, después de haberlo asignado como entrenador de su equipo sub-18 el verano pasado. Han pasado casi dos décadas desde que Boothroyd primero emergió, una generación completa, pero la fuente de consejos útiles para un joven entrenador sigue siendo la misma.

"Tuve una linda llamada de Sir Alex Ferguson", dijo Cleverley después de su primer nombramiento. "Debió haber leído en algún lugar que había conseguido el trabajo y hablamos por teléfono durante 10 o 15 minutos, lo cual estuvo bien. Me dio algunos puntos técnicos de coaching, algunas cosas psicológicas y luego tuvimos una plática general. No había hablado con él durante probablemente cinco o seis años, así que fue una plática realmente agradable y sorpresiva".

Ferguson podría no haber tenido un teléfono cuando era niño, pero parece que ha estado constantemente en él desde entonces.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: casino online deutschland

Palavras-chave: **casino online deutschland**

Data de lançamento de: 2024-09-11