

# PRESSEMITTEILUNG

## Auf dem Weg zu den EuroSkills 2023

### **Freya Spitzer vom deutschen Maler-Nationalteam bereitet sich akribisch auf die Europameisterschaften der Berufe vor**

Der Countdown zu den EuroSkills 2023 läuft: Die Europameisterschaften der Berufe finden vom 5. bis zum 9. September 2023 in Danzig statt. Freya Spitzer vom Maler-Nationalteam vertritt Deutschland. Sie hatte sich zuvor in einem Auswahlwettbewerb in Hamburg gegen starke Konkurrenz durchgesetzt. Anfang Juli trainierte sie für Danzig beim Intensiv-Lack-Workshop von Caparol – und berichtete über ihre Gefühlslage vor dem Treffen der europäischen Malerelite.

Handwerkliches Können ist dabei nur eine Seite der Medaille. Es abzurufen, wenn es darauf ankommt, gilt als essenziell. Deshalb gehört neben den Workshops von Caparol auch ein spezielles Mentaltraining seitens der EuroSkills zur Vorbereitung. „Es hat mir nicht nur geholfen, fokussiert zu bleiben, sondern auch dabei, die richtigen Atemtechniken einzusetzen. Wichtig ist, die Konzentration aufrechtzuhalten und immer den nächsten Schritt im Blick zu haben“, erzählt Freya Spitzer, ohne zu vergessen, dass auch auf so profane Dinge wie ausreichendes Trinken während des Wettbewerbs zu achten ist. Dabei lobt sie das Konzept der EuroSkills, bei denen in Zeiteinheiten von 2,5 Stunden gearbeitet wird, gefolgt von längeren Pausen.

Sollte es Hindernisse während des Wettbewerbs geben, ist sie auch darauf vorbereitet: „Wenn irgendwas nicht klappt – und es wird immer etwas schief laufen – ist es wichtig, weiterzumachen. Sollte ein Fehler allerdings so gravierend sein, muss man das akzeptieren und sich sagen, dann ist das so, ich hole mir meine Punkte woanders.“

Presseabteilung · Dr. Franz Dörner · Telefon: (06154) 71-71097 · E-Mail: [franz.doerner@daw.de](mailto:franz.doerner@daw.de)

Ute Schader · Telefon (06154) 71-70235 · E-Mail: [ute.schader@caparol.de](mailto:ute.schader@caparol.de)

Pressefotos herunterladbar in Druckqualität bei [www.pressebox.de](http://www.pressebox.de) · Veröffentlichung honorarfrei · Für Belegexemplare sind wir dankbar  
CAPAROL Farben Lacke Bautenschutz GmbH · Handelnd im Namen und für Rechnung der DAW SE · Roßdörfer Straße 50 · 64372 Ober-Ramstadt  
Amtsgericht Darmstadt HRB 4575 · USt-IdNr. DE111673732

Geschäftsführer: Guido Kuphal, Stefan Weyer · Internet [www.caparol.de](http://www.caparol.de) · ILN 4002380000003

# PRESSEMITTEILUNG

## Ihr Bestes geben

Die Motivation, an den Europameisterschaften der Berufe teilzunehmen, besteht für Freya Spitzer nicht nur darin, zu gewinnen: „Das Wichtigste ist, dass ich am Ende des Tages sagen kann, ich habe alles gegeben und bin mit mir zufrieden, egal was passiert.“ Außerdem stellt sie die Chance des persönlichen Wachstums heraus und die Möglichkeit, nette neue Menschen kennenzulernen.

Die größte Herausforderung sieht Freya Spitzer in ihrer persönlichen Organisation. Sie beschreibt sich als „kreatives Chaos“ und räumt ein, gerne mal Sachen zu verlegen. Die Optimierung ihrer organisatorischen Fähigkeiten steht daher ganz oben auf der Liste. Zudem hat sie sich zum Ziel gesetzt, ihre Schnelligkeit im Speed-Wettbewerb weiter zu steigern. „Hier spielt das Selbstbewusstsein eine entscheidende Rolle, also einfach anzufangen und sich zu sagen, das klappt schon.“

Bei den EuroSkills 2023 treten die Teilnehmenden in unterschiedlichen Disziplinen gegeneinander an: Das Lackieren einer Türe mit Wasserlack, das Tapezieren, eine freie Design-Technik, der Speed-Wettbewerb sowie eine Logo-Konstruktion sind gefordert. Ihre Chancen beim Wettbewerb schätzt Freya Spitzer positiv ein: „Ich denke, dass ich beim Lackieren und beim Logo-Design gute Chancen haben werde. Durch meine Teilnahme am heutigen Intensivtraining von Caparol fühle ich mich für die Lackieraufgabe optimal vorbereitet – wieder einmal habe ich viele wertvolle Tipps von meinem Mentor Diego Gomez-Velazquez sowie Bundestrainer Matthias List bekommen. Sie haben mir nochmal vor Augen geführt, wie wichtig es ist, die Abläufe immer wieder zu üben, also dass man sie fast wie im Schlaf ausführt und gar nicht mehr so sehr über die eigentliche Aufgabe nachdenkt.“

## Akkurates Arbeiten unter Zeitdruck

Die Herausforderungen der einzelnen Aufgaben könnten dabei unterschiedlicher nicht sein: „Beim Lackieren der Türe kommt es besonders auf die Wahl des Werkzeugs an. Wie groß sind die jeweiligen Flächen? Und sollte ich lieber eine kurz- oder eine langflorige Rolle verwenden?“

# PRESSEMITTEILUNG

Bei der Speed-Challenge steht, wie der Name bereits sagt, das schnelle Arbeiten im Fokus. Hier muss jedoch besonders akkurat agiert werden, denn bei der Bewertung durch die Jury wird in Millimetern gemessen mit nur einem Millimeter Toleranz. Bei der freien Design-Technik hingegen liegt der Fokus auf den Faktoren Kreativität und individueller Ausdruck. Dabei wird die Komplexität der angewandten Techniken bewertet, ebenso wie die saubere Ausführung. Das Ganze natürlich wieder unter Zeitdruck."

Mit einer intensiven Vorbereitung, einer positiven Einstellung und dem Willen, ihr Bestes zu geben, sieht Freya Spitzer den Europameisterschaften der Berufe voller Vorfreude entgegen. Die richtige Einstellung und Voraussetzung für ein Abschneiden, das sie persönlich zufriedenstellt. Im Grunde kommt es auch nur darauf an.

Mehr über Freya Spitzer und das aktuelle Maler-Nationalteam gibt's unter dem Link:

<https://www.caparol.de/nachwuchsfoerderung/maler-nationalteam>



## Bildtexte

Foto 1



Unter dem prüfenden Auge von Coach Diego Gomez-Velazquez rollt Freya Spitzer die Lackfläche mit einer Schaumstoffwalze nach. So trägt sie das überschüssige Material ab und glättet die Fläche.

Foto 2



Hoch konzentriert: Freya Spitzer setzt die Profilierung mit einem weichborstigen Pinsel ab.

Fotos: Caparol Farben Lacke Bautenschutz