

Philipp Raimund sagt Skifliegen ab: Höhenangst stoppt den Star!

Philipp Raimund sagt Skifliegen in Planica wegen Höhenangst ab. Unklarheit über Sonntag. Details hier.

Planica, Slowenien - Der deutsche Skispringer Philipp Raimund hat bekanntgegeben, dass er aufgrund von Höhenangst nicht am Skifliegen in Planica teilnehmen wird. Diese Entscheidung wurde am Donnerstag über die sozialen Medien kommuniziert. Der 24-Jährige wird sowohl beim ersten Einzelfliegen am Freitag um 15:00 Uhr als auch beim Teamwettbewerb am Samstag um 09:30 Uhr nicht antreten. Laut **laola1.at** äußerte Raimund, dass er normalerweise die Kontrolle über seine Sprünge hat, jedoch in bestimmten Situationen, insbesondere beim Skifliegen, Schwierigkeiten hat.

Raimund beschreibt, dass er in etwa anderthalb Sekunden die Kontrolle über seinen Körper verliert und sich dabei unsicher fühlt, ob er angemessen reagieren kann. Diese Momente der Unsicherheit sind für ihn ein zu großes Risiko, weshalb er beschlossen hat, nicht zu springen. Über seine Empfindungen sagt er: „Ich möchte kein Risiko eingehen“, was seine Bedenken deutlich macht. Auch aus **sport.sky.de** können ähnliche Einsichten entnommen werden, die seine Schwierigkeiten und den damit verbundenen Entscheidungsprozess veranschaulichen.

Konfrontation mit Höhenangst

Höhenangst ist nicht selten und betrifft viele Athleten, die trotz ihrer Erfolge in Wettkampfsituationen mit dieser Angst zu

kämpfen haben. **Die Sportpsychologen** beschreiben, dass Angst eine grundlegende Reaktion auf bedrohliche Situationen darstellt, die sowohl kognitive, somatische als auch behavioristische Reaktionen hervorrufen kann. Kognitive Aspekte können in Form von negativen Gedanken und vermindertem Selbstbewusstsein auftreten, während somatische Reaktionen wie Herzrasen oder schwitzende Hände nicht unüblich sind.

Raimund hat den Wunsch geäußert, wieder auf die Schanze zu gehen, und teilt mit, dass er sich möglicherweise am Sonntag beim Weltcup-Finale zurückmelden könnte. In diesem Kontext ist es auch erwähnenswert, dass Markus Eisenbichler möglicherweise seinen letzten Wettkampf bestreitet, es sei denn, er erreicht die Top 30 im Gesamtweltcup. Raimund zeigt sich entschlossen, seine Ängste zu überwinden, um in Zukunft wieder an Wettkämpfen teilnehmen zu können.

| Details | |
|----------------|--|
| Vorfall | Sonstiges |
| Ursache | Höhenangst |
| Ort | Planica, Slowenien |
| Quellen | <ul style="list-style-type: none">• www.laola1.at• sport.sky.de• www.die-sportpsychologen.de |

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at