

Kilde kämpft sich zurück: Hoffnung auf Olympia im Blick!

Aleksander Aamodt Kilde arbeitet an seiner Comeback-Vorbereitung nach Verletzungen, um bei den Olympischen Spielen 2026 fit zu sein.



Innsbruck, Österreich - Der norwegische Skirennfahrer Aleksander Aamodt Kilde bereitet sich derzeit intensiv auf die bevorstehende Olympia-Saison vor. Nach einer erfolgreichen Operation vor 15 Wochen hat Kilde einige Fortschritte bei seiner Genesung gemacht. Während seine Verletzungen an Wade und Fuß gut verheilt sind, bleibt die Schulter das Hauptproblem, da die Genesung durch mehrere Operationen und eine Infektion verzögert wurde. Kilde hat sich bei einem Sturz während der Wengen-Abfahrt im Januar 2024 schwer verletzt, was zu ernsthaften Komplikationen führte.

Aktuell befindet sich Kilde in Innsbruck, Österreich, sein linker Arm liegt in einer Schlinge, und er kann sich derzeit nur auf

30-minütige Spaziergänge beschränken. Trotz dieser Herausforderungen zeigt er sich optimistisch und fühlt sich körperlich gut. Er berichtet, dass seine Schulter nicht schmerzt und sich in der korrekten Position befindet. Um eine erneute Infektion zu verhindern, ist er momentan mit Antibiotika behandelt.

Fokus auf die kommenden Wettkämpfe

Kilde hat angekündigt, im August das Training auf der Piste zu intensivieren und ein Trainingslager in Chile abzuhalten. Obwohl er sich darauf vorbereitet, im nächsten Weltcup in Sölden an den Start zu gehen, hält er diesen Zeitpunkt für voraussichtlich zu früh. Sein Hauptziel ist es, bis zu den Olympischen Spielen im Februar fit zu sein. Dieser Sportler, der bereits Silber- und Bronzemedailles bei den Olympischen Spielen gewonnen hat, hat die Entscheidung getroffen, Schritt für Schritt zu arbeiten, wobei der Fokus zunächst auf den Vorbereitungen für den Weltcup liegen soll.

Während Kilde sich zurückzieht und seine Genesung priorisiert, sind seine Freunde und seine Verlobte, Mikaela Shiffrin, aktiv bei den Weltcup-Finals in Sun Valley. Ihr gegenseitiger emotionaler Rückhalt ist entscheidend, da beide in dieser Saison mit Verletzungen zu kämpfen hatten. Kilde hat zudem sein Studium an der London School of Economics in Immobilien pausiert, um sich auf seine medizinische Rehabilitation zu konzentrieren.

Ein komplexer Weg zur Genesung

Die sportpsychologische Betreuung spielt eine wichtige Rolle in Kildes Rückkehr. Sportpsychologen führen Athleten durch verschiedene Phasen der Rehabilitation, von der Akutphase bis zur Wettkampfvorbereitung. Diese Betreuung stärkt nicht nur die körperliche, sondern auch die mentale Verfassung des Athleten. Besonders im Kontext von Kildes Verletzungserfahrungen ist es wichtig, Emotionen und Ängste zu managen, die während der Rehabilitationsphase auftreten

können.

Eine der Herausforderungen ist die Unsicherheit über die sportliche Zukunft, die zu einem Rückgang des Selbstwertgefühls führen kann. Das Stressmanagement, das in der sportpsychologischen Arbeit thematisiert wird, ist entscheidend, um Verletzungsrisiken zu minimieren und die Leistung zu optimieren, wie auf [die-sportpsychologen.de](http://www.die-sportpsychologen.de) erläutert wird.

Kilde ist bekannt für seinen Charme und seinen Wettbewerbsgeist, und trotz der Hindernisse, die er erlebt hat, erhält er viel Unterstützung von seinen Fans und Mitstreitern. Sein Ziel, sich vollständig zu erholen und die kommende Skisaison erfolgreich zu bestreiten, bleibt unerschütterlich.

Die kommenden Monate werden entscheidend für seine Rückkehr und die Vorbereitung auf die Olympischen Spiele im nächsten Jahr, die er mit großer Zuversicht angeht. Laut [apnews.com](http://www.apnews.com) könnte Kildes Rückkehr zu den Wettkämpfen nächste Saison eine spannende Entwicklung im Ski-Rennsport sein.

Insgesamt zeigt sich Aleksander Aamodt Kilde entschlossen, sich zurückzukämpfen und seine Leidenschaft für den Skisport fortzusetzen. [krone.at](http://www.krone.at) berichtet von seiner positiven Einstellung und dem zielstrebigen Ansatz, um bis zu den Olympischen Spielen bereit zu sein.

Details	
Vorfall	Körperverletzung
Ursache	Sturz, Schulterinfektion
Ort	Innsbruck, Österreich
Verletzte	1
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.krone.at• apnews.com• www.die-sportpsychologen.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at