

Joana Hählen: Emotionale Krise - Warum sie in Kvitfjell nicht startete!

Joana Hählen erklärt ihren Verzicht auf das Rennen in Kvitfjell und kämpft mit emotionalen Herausforderungen in ihrer Skikarriere.

Kvitfjell, Norwegen - Die Schweizer Skirennläuferin Joana Hählen sorgt derzeit für Aufsehen, nachdem sie ihren Start in der Abfahrt von Kvitfjell kurzfristig abgesagt hat. In einem emotionalen Instagram-Beitrag erklärt die 33-jährige, dass sie mit enormen Selbstzweifeln und ständigen emotionalen Herausforderungen kämpft. „Das war eines der härtesten Wochenenden meiner Karriere. Ich habe so viel Arbeit investiert, dass es schon eine große Leistung ist, trotz meiner vielen Verletzungen wieder auf Weltcup-Niveau fahren zu können“, äußerte Hählen voller Bedauern. Ihre Entscheidung, nicht zu starten, war für sie eine der schwersten in ihrer Laufbahn, wie sie betont. Hählen kämpft nicht nur mit ihrem Körper, sondern auch mit ihren Gefühlen und Gedanken: „Ich fühlte mich einfach nicht in der Lage, das Abfahrtsrennen zu bewältigen und verlor die Kontrolle über meine Emotionen“, schilderte sie weiter.

In Kvitfjell war das Chaos vorprogrammiert, als die Athletin, die bereits fünf Podestplätze im Ski-Weltcup erkämpfte, sich in einem emotionalen Tiefpunkt befand. Trotz ihrer beeindruckenden Fähigkeiten und der harten Arbeit, um wieder zurückzukehren, haben enttäuschende Rennen an ihrem Selbstbewusstsein genagt. Die Entscheidung, auf das Abfahren zu verzichten, zeigt die Reife und das Verantwortungsbewusstsein der Athletin, die nun ihre Gesundheit in den Vordergrund stellt. „Ich bin stolz auf mich.

Vor ein paar Jahren wäre ich trotzdem angetreten, in der Hoffnung, es irgendwie ins Ziel zu schaffen“, reflektiert Hählen und betont, dass sie nun lernt, sowohl körperlich als auch geistig auf sich zu hören.

Emotionale Kämpfe und der Weg zurück

Joana Hählen spricht offen über die Schwierigkeiten, die ihren Sport begleiten. Sie ist gefrustet über die Rückschläge und die ständige Auseinandersetzung mit ihren inneren Dämonen. „Ich liebe das Skifahren immer noch und bin motiviert, aber im Moment habe ich nicht das Gefühl, dass diese Liebe erwidert wird“, offenbart sie. Ihre Verletzungsgeschichte umfasst mehrere schwerwiegende Kreuzbandverletzungen, und statt auf eine Operation zu setzen, hat sie sich entschlossen, mit intensiven Muskelübungen weiterzumachen. Diese Einstellung könnte entscheidend sein, um ihre Karriere fortzusetzen, auch wenn die kommenden Rennen mit Unsicherheiten behaftet sind. Laut **Home of Sports** erhält sie jedoch die Unterstützung von ihrem Umfeld, während sie an ihrem Selbstvertrauen arbeitet und sich auf eine positive Zukunft im Skisport vorbereitet.

Details	
Vorfall	Sonstiges
Ursache	emotionale Herausforderungen, Selbstzweifel
Ort	Kvitfjell, Norwegen
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.krone.at• www.homeofsports.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at