

# Cartilage Damage Surgery



The end of the season this year came earlier than planned. Due to the long jump injury, I suffered on June 24th at the Swiss Champs in Zurich, I had to undergo a surgery last week.

Unfortunately, as it happens in sports again and again, athletes are slowed down by injuries and forced to take longer

breaks. So, I also must prepare myself for a lengthy reconstruction to get my knee injury under control. Together with my doctors, physio's and trainer team we are focused on a full recovery, so that I can pursue my urge to move again in the near future without pain. During the rehab time I can fall back on the support of the army and can therefore benefit from an optimal environment at the BASPO in Magglingen and work accordingly on an efficient re-entry.

# Knie OP und Wiederaufbau

Das Saison-Ende dieses Jahr kam für mich gezwungenermassen früher als geplant. Aufgrund der Weitsprungverletzung, die ich mir am 24. Juni an der SM in Zürich zugezogen hatte, musste ich mich vergangener Woche einem operativen Eingriff unterziehen.

Wie es im Sport leider immer wieder vorkommt, werden Athleten und Athletinnen durch Verletzungen ausgebremst und zu längeren Pausen gezwungen. So muss auch ich mich auf einen langwierigen Wiederaufbau einstellen, um so meine Knieverletzung in den Griff zu bekommen. Gemeinsam mit meinen Ärzten, Physio's und Trainer-Team setzten wir den Fokus auf eine vollumfängliche Genesung, damit ich in naher Zukunft wieder schmerzfrei meinem Bewegungsdrang nachgehen kann. Während der Reha Zeit kann ich auf die Förderung der Armee zurückgreifen und kann dadurch auf ein optimales Umfeld am BASPO in Magglingen zurückgreifen und entsprechend an einer leistungsfähigen Wiedereinstieg feilen.