

# End Of The Season 2022



It is with great regret that I must accept that my knee injury has still not improved despite a one-month break from exertion and intensive medical and physiotherapeutic treatments. Further findings, in addition to the already diagnosed bone bruise on the extensions of the femur and the underlying tibial plateau, have revealed that the cartilage within the joint has also been damaged. Unfortunately, my jumping mishap also carried with it a cartilage defect that

necessitates immediate sparing and invasive steps medically.

So, unfortunately, it is also clear that I will have to end this year's season prematurely, despite all my efforts. It is also out of the question, that a selection for the upcoming European Championships is realistic. This and the fact that the healing relates to a longer absence makes me deeply sad. The new starting position has affected me deeply, and I realize that once again, due to physical failure, I have not necessarily been able to realize my goals. Now my focus is completely on my recovery so that I can once again feel the liberating feeling of being pain-free.

Nevertheless, I would like to thank my trainers and my indispensable and supportive family and friends for having supported me so energetically up to now. Special thanks go to Dr. med. German Clénin and his team from the Sports Medicine Centre, who have been looking after me fully and very well for years and in this injury phase as well. Also, the cooperation with the physio team of the Medical Center Magglingen means a lot to me, as Pascal Bourban and Monique Schneider took care of me every day with their expertise and encouraged me for a continuous recovery. Thank you very much for this support.

# Saison Ende 2022



Mit grossem Bedauern muss ich akzeptieren, dass sich meine Knieverletzung trotz einer einmonatigen Belastungspause und intensiver medizinischer und physiotherapeutischen Behandlungen, noch immer nicht gebessert hat. Weitere Befunde haben nebst der bereits diagnostizierten Knochenprellung an den Fortsätzen des Oberschenkelknochens und des darunterliegenden Tibia-Plateaus ergeben, dass innerhalb des Gelenks auch der Knorpel lädiert wurde. Leider ist es so, dass mein Sprung-Malheur auch einen Knorpeldefekt mit sich getragen hat, der eine unmittelbare Schonung und invasive Schritte medizinische mit sich zieht.

Somit ist unglücklicherweise auch klar, dass ich meine diesjährige Saison trotz aller Bemühungen vorzeitig beenden muss, wobei auch die Selektion für die bevorstehende Europameisterschaft nicht infrage kommt. Das und die Tatsache, dass die Heilung mit einem längeren Ausfall verbunden ist, stimmt mich zutiefst traurig. Die neue Ausgangslage hat mich zutiefst getroffen und ich merke, dass ich wieder mal aufgrund körperlichen Versagens meine Ziele nicht unbedingt habe realisieren können.

Nun richtet sich mein Fokus vollkommen auf meine Genesung, damit ich das befreiende Lebensgefühl eines schmerzfreien Daseins wieder einmal verspüren kann.

Nichts des so trotz, möchte ich meinen Trainern und meinem unentbehrlichen und unterstützenden Umfeld danken, dass Sie mich bis anhin so tatkräftig supportet haben. Ein besonderer Dank gilt insbesondere Dr. med. German Clénin und seinem Team vom Sportmedizinisches Zentrum, die mich bereits seit Jahren und auch in dieser Verletzungsphase vollumfänglich und sehr gut betreuen. Auch bedeutet mir die Zusammenarbeit mit dem Physio Team vom Medical Center Magglingen viel, da ich mich Pascal Bourban und Monique Schneider tagtäglich mit Ihren Fachkenntnissen umsorgt und für einen kontinuierlichen Wiederaufbau angespornt haben. Merci vielmals, für diesen Rückhalt.