Presse-Information

Waldachtal, 18. November 2026

Skispringen / Interview

Stärker durch Herausforderungen: Frida Westman ist bereit für die neue Skisprung-Saison

fischerwerke GmbH & Co. KG
Unternehmenskommunikation

Klaus-Fischer-Straße 1
72178 Waldachtal

Die schwedische Skispringerin Frida Westman blickt entschlossen und ehrgeizig auf die neue Saison. Nachdem sie mehrere Knieverletzungen überwunden hat, ist sie hochmotiviert, gestärkt zurückzukehren, bei den Heim-Weltmeisterschaften in Falun anzutreten und als Teil des internationalen fischer Teams die Grenzen des Frauenskispringens weiter zu verschieben.

Die neue Skisprung-Saison steht vor der Tür. Wie fühlst du dich vor dem Saisonstart? Wie sind deine Vorbereitungen gelaufen, und worauf freust du dich in den kommenden Monaten am meisten?

Ich bin sowohl aufgeregt als auch nervös vor dem Start. Vor allem bin ich aber glücklich, weil ich wirklich große Freude daran habe, an Wettkämpfen teilzunehmen. Ich würde sagen, dass der Sommer gut war. Für mich ist der Sommer immer die Zeit, um Neues auszuprobieren und herauszufinden, was am besten funktioniert. Ich habe mich stark auf den Flug und die Landung konzentriert. So fühle ich mich sicherer. Natürlich ist die Heim-Weltmeisterschaft in Falun ein großes Ereignis für mich, aber auch, dass wir Frauen bei der Vierschanzentournee antreten, ist etwas, worauf ich mich wirklich sehr freue!

Du startest mit dem fischer Team in eine neue Saison und wirst auch unter einer neuen gemeinsamen Identität antreten: dem roten Ski. Gleichzeitig rücken fischer und Fischer Sports noch enger zusammen. Wie siehst du diese Entwicklung, und was bedeutet es für dich, Teil dieses internationalen Teams zu sein?

Ich finde das wirklich cool. Für jemanden, der wie ich aus einem kleinen Land kommt, ist es toll, Teil einer größeren Gruppe und eines solchen Teams zu sein. Eine solche Zusammenarbeit ermöglicht es uns, den Sport weiter zu verbreiten und Zuschauer aus anderen Regionen anzusprechen, was dazu beitragen könnte, unseren Sport noch bekannter zu machen. Ich bin super dankbar und glücklich, Teil dieser Reise zu sein. Als Frau in diesem Sport ist es besonders wichtig, das Interesse weiter zu steigern, und ich glaube, dass der rote Ski hier seinen Beitrag leisten kann.

Was bedeutet es für dich persönlich, Skispringerin zu sein? Was fasziniert dich an dem Sport, und was treibt dich an, immer wieder an deine Grenzen zu gehen?

Skispringen ist seit meinem sechsten Lebensjahr ein Teil meines Lebens. Von daher bedeutet es mir alles. Das Gefühl, weit zu fliegen, fasziniert mich dabei am meisten. Was mich antreibt, ist das Gefühl, mich weiterzuentwickeln und Ergebnisse zu erzielen, für die ich hart gearbeitet habe. Und wenn die Ergebnisse kommen, steigt meine Motivation, weil ich weiß, dass ich ein hohes Niveau in mir habe. Ich arbeite jeden Tag daran, das Niveau im Skispringen der Frauen stetig zu steigern. Und mein langfristiges Ziel ist es, genauso gut zu springen wie die Männer.

Wer im Skispringen erfolgreich sein möchte, muss nicht nur mit Erfolgen, sondern auch mit Rückschlägen umgehen

können. Wie gelingt dir das? Und gibt es eine Erfahrung in deiner Karriere, aus der du besonders viel gelernt hast?
Ich würde sagen, dass ich in dieser Hinsicht schon einiges an Erfahrung gesammelt habe. Im Laufe meiner Karriere habe ich mehrere Knieoperationen hinter mich gebracht, was zur Folge hatte, dass ich einige Jahre pausieren musste. Alle meine Verletzungen waren auf unterschiedliche Weise schwierig, aber dadurch habe ich auch immer etwas Neues gelernt. Das hat mich stärker gemacht. Ich hatte schon immer einen starken inneren Antrieb, der es mir ermöglichte, immer wieder zurückzukommen. Ich musste Aktivitäten nachgehen, die mich von den schwierigen Dingen ablenkten, die ich so durchmachte. Das hat meinen Wunsch beflügelt, noch stärker als vorher zurückzukehren. Ich habe wirklich nichts unversucht gelassen, um das Ziel zu erreichen, das ich mir gesetzt hatte. Und die harte Arbeit hat sich gelohnt. Als Sportler ist es nicht nur wichtig, die körperlich fit zu sein; die mentale Einstellung ist mindestens genauso wichtig. Das ist für mich der letzte Prozentpunkt, der für den Erfolg entscheidend ist. Zumindest ist das bei mir eben so.

Ein typischer Wettkampftag ist von festen Abläufen und intensiver Konzentration geprägt. Hast du bestimmte Routinen oder Rituale, die dir vor dem Sprung ein Gefühl der Sicherheit geben? Und worauf kannst du an einem Wettkampftag auf keinen Fall verzichten?
Ich muss vor dem Sprung immer mein Knie- und Beinaufwärmprogramm absolvieren, dadurch fühle ich mich einfach besser vorbereitet und selbstbewusster. Außerdem ist die Technik sehr wichtig, um in den Rhythmus des Skispringens zu kommen. Darüber hinaus esse ich gerne getrocknete Mango – das gibt mir einen kleinen Zuckerschub.

Neben der individuellen Leistung spielt auch Teamwork eine wichtige Rolle. Wie erlebst du den Teamgeist innerhalb

des internationalen fischer Teams? Was kannst du von den anderen Athleten lernen, und was bringst du selbst in das Team ein?

Im Moment ist das alles noch ganz frisch und auch noch neu für mich, ich muss auch erst einmal noch alle kennenlernen. Aber klar, es könnten Freundschaften entstehen und ich könnte auch von anderen dazulernen. Ich selbst bringe gute Laune, Positivität und den Kampfgeist mit, niemals aufzugeben.

Zum Schluss noch der Blick in die Zukunft: Welche persönlichen Ziele hast du dir für die neue Saison gesetzt? Und woran würdest du am Ende des Winters messen, ob es für dich eine erfolgreiche Saison war?

Ich will ganz oben mitkämpfen, ein paar Medaillen mit nach Hause bringen, weit springen und gute Styling-Punkte holen. Es kann losgehen!

Exklusiver Blick hinter die fischer Kulissen:
Spotlights - der fischer Blog

Bildunterschrift:

Bild:
Frida Westmann

Bild: fischer

Unternehmensgruppe fischer

Die Unternehmensgruppe fischer mit Sitz in Waldachtal, Nordschwarzwald, hat 2025 mit weltweit rund 4.800 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern einen Umsatz von 1,05 Milliarden Euro erzielt. Das Familienunternehmen hat weltweit 53 operative Gesellschaften und exportiert in rund 120 Länder. Es umfasst die vier Unternehmensbereiche fischer Befestigungssysteme, fischertechnik, fischer Consulting und fischer Electronic Solutions.

fischer Befestigungssysteme besitzt die technologische Marktführerschaft in wichtigen Feldern der Befestigungstechnik. Für ein breites Spektrum an Kunden, vom Heimwerker über den Handwerker bis zum Key-Account-Partner, bietet fischer Produkte in technischer Perfektion.

fischertechnik ist mit seinen Konstruktionsbaukästen sowohl im Spielwaren- als auch im Bildungsbereich aktiv. Als einer von wenigen Spielwarenanbietern entwickelt und fertigt fischertechnik vorwiegend in Deutschland.

fischer Consulting entstand aus den im eigenen Unternehmen entwickelten Kompetenzen. Dort angesiedelt ist das fischer ProzessSystem, dessen zentraler Inhalt die permanente Verbesserung ist. Dabei orientiert sich das fischer ProzessSystem immer am Nutzen für den Kunden. fischer Consulting berät mittelständische Unternehmen, Behörden und Großkonzerne auf dem Weg zu schlanken und effizienten Prozessen.

fischer Electronic Solutions entwickelt und fertigt kundenspezifische Elektroniklösungen für Industrie und Medizin. Langfristige Partnerschaften und maßgeschneiderte Lösungen in hoher Qualität sind dabei der Anspruch. Als Innovationspartner geht fischer Electronic Solutions mit Kunden neue Wege in eine erfolgreiche gemeinsame Zukunft.

Im Internet: www.fischer.group

Ansprechpartner

Sandra Roth
Media Relations
Telefon: +49 7443 12 – 6251
E-Mail: sandra.roth@fischer.de