



2019-12-09 17:15 CET

Frida Karlsson drar ner på träning och tävling

Vid en planerad hälsokontroll som genomfördes i förra veckan uppvisade Frida Karlsson resultat som innebär att hon under en tid måste dra ner på sin totala belastning.

– Frida är mycket målmedveten och ambitiös och vill väldigt mycket med sitt idrottande. Det har helt enkelt blivit lite för intensivt och för mycket. Hon måste nu ta ett steg tillbaka för att återfå balans. Hälsan är alltid viktigare än idrottslig prestation, berättar landslagsläkare Magnus Oscarsson.

Vilka exakta krav som inte uppfyllts och vilka specifika korrigeringar som krävs vill Magnus Oscarsson inte gå in på.

– Det är en fråga mellan Frida själv och landslagets medicinska team och inget vi kommer att lämna några detaljerade upplysningar om. Elitskidåkning ställer höga krav på balans mellan de stora mängderna träning och återhämtning och de flesta utövare på elitnivå går någon gång under sin karriär mer eller mindre över gränsen och får överbelastningar av olika slag, skador och så vidare.

Under den föregående vintern presterade Frida Karlsson över allas förväntan på VM i Seefeld där hon deltog som sistaårsjunior. Efter det har hon haft en mycket intensiv period där hon gått från gymnasieelev och lovande junior till en av Sveriges mest bevakade idrottsprofiler.

– För en elitskidåkare måste helheten gå ihop. Det handlar om bland annat träning, vila och näringsintag, men även om allt som händer runt omkring. I våras fick Frida en plats i a-laget med allt vad det innebär i form av fler lägerdagar, resdagar, uppdrag, mediebevakning och det faktum att hon på varje läger jämför sig med världseliten. Det är då inte konstigt att någon av alla viktiga pusselbitar inte uppfylls tillfullo, säger Oscarsson.

Frida Karlsson, som för närvarande är förkyld, fick beskedet under förra

veckan. Hon har själv önskat gå ut med bakgrunden till varför hon inte kommer tävla den närmaste tiden.

– Just nu är jag väldigt ledsen och besviken. Det är lätt att stressa upp sig men man måste se det långsiktigt. Jag ska göra allt jag kan för att snart vara tillbaka i tävlingsspåret samtidigt som jag vill hålla många år framöver, säger Frida.

Nu väntar en period med viss neddragning i träningsmängd och vid behov vägledning, samt uppföljning av de hälsokontroller som landslaget har för att säkerställa åkarnas hälsa. Detta ska vara ok innan Frida kan komma tillbaka i tävling igen. Hur snabbt hon är tillbaka kan landslagsläkaren inte svara på.

– Vi kan inte spekulera om det i nuläget. Frida behöver få lugn och ro för att kunna fokusera på rätt saker och inte ha som mål att vara tillbaka till någon specifik tävling, avslutar Magnus Oscarsson.

Fakta om hälsokontroll för svenska landslaget:

- Regelbundna hälsosamtal aktiva och läkare.
- Årligen återkommande utbildningsmoment avseende nutrition med spetskompetent näringsfysiolog.
- Kost- och aktivitetsregistreringar.
- Individuell uppföljning och utbildning.
- Årliga provtagningar, kroppssammansättningsmätningar.
- Utvärderingsanalyser efter träningsläger med kartläggning och ställningstagande till åtgärder.
- I vardagen ett arbetssätt i organisationen där all personal jobbar väldigt nära de aktiva med daglig kontakt framför allt tränare-aktiv.
- Vid behov tillgång till bedömning av beteendevetare.
- Kontrollsystemet kompletteras även med det arbete SOK (Sveriges Olympiska Komittè) gör med liknande kontroller, läkarkontakter med hälsosamtal. Samarbete mellan SSF och SOK finns i dessa frågor.

Kontaktperson vid frågor

Magnus Oscarsson, landslagsläkare, kommer finnas tillgänglig på telefon från klockan 17.30 ikväll. **Han kommer själv att ringa upp media i turordning.**

Meddela önskemål om ett samtal till:

Lukas Johansson, kommunikation SSF, tfn 072-579 64 75,
lukas.johansson@skidor.com

Frida Karlsson är i nuläget inte tillgänglig för intervjuer.

Svenska Skidförbundet sprider snöglädje i hela landet genom våra 23 distrikt och cirka 1 300 föreningar. Vi har tio olika grenar: alpint, backhoppning, längdåkning, freeski, puckel, rullskidor, skicross, snowboard, speedski och telemark, det finns något för alla. Upptäck nyttan och glädjen med att aktivera dig på snö! Svenska Skidförbundet lever dagligen efter vår vision: Bäst i världen – alla på snö. Vårt huvudkontor finns i Falun och i Åre hittar du vårt alpina kontor. Vill du veta mer, besök skidor.com.

Svenska Skidförbundets huvudsponsor:

VATTENFALL

**Kontaktpersoner****Lotte Jernberg**

Presskontakt

Övergripande kommunikationsansvarig

Övergripande kommunikationsansvarig för hela Svenska Skidförbundet

lotte.jernberg@skidor.com

070-316 43 49



Lukas Johansson

Presskontakt

Presskontakt

Svenska Skidförbundet Längd

lukas.johanssn@skidor.com

072-579 64 75



STEFAN KARLSSON

Stefan Karlsson

Presskontakt

Sportchef snowboard & freeski

Snowboard och freeski

stefan.karlsson@svensksnowboard.se

070-511 31 27



Erik Danielsson

Presskontakt

Pressansvarig puckel

Puckel

erik.danielsson@skidor.com

+46 (0)73 029 28 82



Ulrika Sterner

Presskontakt

Kommunikationsansvarig

Svenska Skidförbundet Längd

ulrika.sterner@skidor.com

0708-670 673