

Nach einer erfolgreichen Saison 2021/2022 in der sich Fabian Himmelsbach den dritten Platz in der EuropaCup Slalom Wertung gesichert hat, bestand die aktuelle Saison vor allem aus Einsätzen in den Weltcup Slaloms. Wir haben uns mit Fabian getroffen und ihn interviewt.

Hallo Fabian, vielen Dank, dass du dir die Zeit für uns genommen hast. Die aktuelle Saison ist beendet. Nach Platz drei in der EuropaCup Slalom Wertung 2021/2022 hattest du in jedem Weltcup Slalom einen fixen Startplatz. Bist du mit deinen Ergebnissen zufrieden?

Mein Ziel war es, mich so oft wie möglich für den zweiten Durchgang zu qualifizieren um Weltcupunkte zu sammeln. Das ist mir bei meinen 8 Starts nicht gelungen, dementsprechend kann ich mit meiner Weltcup Saison nicht zufrieden sein. Im Europacup habe ich ein paar gute Ergebnisse einfahren können, war aber nicht konstant genug, um in der Cup Wertung wieder ganz vorne mit zu fahren. Alles in allem konnte ich mir aber zumindest eine halbwegs ordentliche Ausgangslage für die nächste Saison sichern.

Im Nachhinein betrachtet, hättest du gerne was anderst gemacht? Hast du deine Ziele erreicht?

Im Nachhinein ist man natürlich immer schlauer und es gibt sicher ein, zwei Schrauben an denen ich rückblickend drehen würde um in den zwei wichtigen Slalom-Monaten Dezember & Januar besser in Form zu sein.

Neben dem Weltcup bist du auch im Europa Cup und in FIS Rennen an den Start gegangen. Wie bringt man das neben Trainings und Familie unter einen Hut?

Da ich ja mehr oder weniger ausschließlich Slalom fahre, lässt sich das ganz gut bewältigen. Natürlich ist es zeitintensiv auf allen 3 Ebenen zu fahren, aber verglichen mit einem Allrounder hat man als Slalomspezialist dann doch etwas mehr Zeit.

Für diese Saison lief zum Glück ja die Vorbereitung wieder normal, nachdem die Jahre zuvor von Corona geprägt waren. Wann seid ihr denn in die Saisonvorbereitung gestartet und habt ihr zu den anderen Jahren was anderst gemacht?

Ende Juni gings das erste mal für eine Woche auf Schnee in Les Deux Alpes / Frankreich. Danach war nochmal eine relativ lange (Zwangs-)Pause, da der warme Sommer den Gletschern in Europa sehr zu schaffen gemacht hat. Ende August stand dann für mich mein erster Südamerika Lehrgang in Ushuaia auf dem Programm, wo wir bei winterlichen Verhältnissen, drei Wochen lang sehr gute Trainingsbedingungen vorfanden. Zurück in Europa warteten wir die ersten Schneefälle ab und stiegen auf den heimischen Gletschern wieder in die Saisonvorbereitung ein, ehe wir Ende November noch einen letzten intensiven Slalomlehrgang in Schweden zur unmittelbaren Rennvorbereitung absolvierten.

Wie sieht ein typischer Trainingstag bei dir im Sommer aus?

Normalerweise trainiere ich im Sommer zweimal pro Tag. Vormittags meistens mit Trainer und Teamkollegen am Stützpunkt in Oberstdorf und nachmittags noch selbständig eine zweite Einheit.

Du hattest früher immer wieder schwere Verletzungen. Bereitet dir das noch Probleme oder kommst du schmerzfrei durch die Saison?

Hin und wieder zwickt das Knie natürlich mal, aber ich habe über die Jahre gelernt was meinem Körper in der Hinsicht gut tut und kann das Ganze recht gut steuern. Deshalb bin ich eigentlich die letzten Jahre immer ohne große Probleme durch die Saison gekommen.

Nach der Saison ist vor der Saison. Ich hoffe mal, dass du noch ein paar freie Tage/ Wochen hast, bevor es wieder auf Schnee geht. Was ist denn die nächste Zeit so geplant?

Wir werden die nächste Zeit sicher noch für das ein oder andere Skitraining bzw. auch Skitests nutzen, solange es die Verhältnisse zulassen. Es hat sich in letzter Zeit einfach als sinnvoller rausgestellt, im Frühjahr noch möglichst lange Ski zu fahren und dann erst über die Sommermonate eine Skipause einzulegen.

Hast du dir schon Ziele für die neue Saison gesteckt und wie willst du diese erreichen?

An meinem Ziel hat sich nichts geändert. Ich will mich nach wie vor in den Top30 im Slalom etablieren. Durch die Erfahrungen die ich in den letzten 2 Jahre sammeln konnte, versuche ich jetzt die richtigen Schlüsse zu ziehen und werde dann sicher ein paar Sachen anders angehen, um nächste Saison parat zu sein.

Welches Skigebiet würdest du einem Normalskifahrer empfehlen, dass er unbedingt mal gesehen haben sollte.

Da habe ich 3 Favoriten. Palisades Tahoe (USA) als Tiefschneeparadies, Soldeu (Andorra) zum Frühlingsskifahren & Narvik (Norwegen) mit traumhafter Kulisse am Fjord und bestimmt auch gut für Skitouren.

Wir sind im Jahr 2033. Wo siehst du dich sportlich wie auch privat?

Sportlich gesehen hoffentlich als etablierten Slalomfahrer der um Weltcupsiege mitfahren kann und privat umgeben von guten Freunden und meiner Familie.

Wenn du mal ganz viel Zeit hättest, wohin würdest du gerne verreisen? Und was war der spannendste Fleck Erde wo du schon warst?

Nepal und Fidji würde mich mal reizen.

Skifahren nimmt schon viel Zeit in Anspruch. Was für Hobbies hast du noch?

Generell einfach Zeit mit Freunden und Familie verbringen, allerlei andere Sportarten & gern auch mal eine Runde Schafkopf.