

MAGAZIN 17.06.2022 – Judo

Athletes on Air – Verena Fröhlich – Judo

Heute verbeugen wir uns bei Athletes on Air zum Gruß vor .... **unserer Judoka Verena Fröhlich!**
Sie ist Schülerin der 3SP der SportHAS Innsbruck, ist 19 Jahre alt und wohnt eigentlich in Fliess (LA). Aktuell lebt sie allerdings, um die SportHAS besuchen zu können, in einem Internat in Innsbruck.

Verena kämpft für das Judozentrum Innsbruck, wo auch ihr Vater trainiert. Dort trainiert sie rund 9h pro Woche, in den unterschiedlichsten Bereichen wie z.B. Kraft und Technik. Dinge die ihr an ihrer Sportart ganz besonders gefallen sind die Vielfältigkeit, der respektvolle Umgang miteinander und dass man sich gemeinsam mit einem Team über Erfolge freuen kann.

In ihrer Freizeit probiert Verena gerne die unterschiedlichsten Sportarten und Aktivitäten aus, geht gerne Skateboarden, Eislaufen, Schwimmen oder Wandern. Sie sagt über sich selbst „da bin ich eigentlich für jeden Spaß zu haben“. Wenn dann noch Zeit bleibt, trifft sie sich hauptsächlich mit ihrer Familie, da sie diese durch die rund 80 Kilometer Entfernung nur selten sieht.

Verena hat in ihrer noch jungen Karriere schon einige tolle Platzierungen und Erfolge erkämpfen können. So wurde sie 2019 Österreichische Meisterin U18 -44kg, zusätzlich dazu erkämpfte sie in der U16, der U18 und der U21 jeweils den 2. Platz bei Österreichischen Meisterschaften. Den Tiroler Meistertitel konnte sich Verena nun schon fünfmal holen!
Auch bei internationalen Turnieren konnte sie schon aufzeigen und so sicherte sie sich beim Koroska Open 2018 in der U18 –44kg den starken 3. Platz und beim 18. Int. Judo CREATIV Turnier 2016 den tollen 2. Platz. Der Osterpokal Kufstein ist ein gutes Pflaster für die junge Judoka, denn dort erkämpfte sie 2018 in der U18 den sensationellen 1. Platz, gefolgt vom 2. Platz im Jahr 2019.

Bei dieser Erfolgsliste sind die Ziele von Verena natürlich auch dementsprechend groß und so zählt für sie nur eines – die Teilnahme an den Olympischen Spielen.
Als kurzfristiges Ziel sagt sie „jetzt ist es mir erstmal wichtig, eine Platzierung

bei einem Europacup zu machen“.

Nachdem sie so große Ziele genannt hat, wollten wir natürlich noch wissen, wem sie denn nachstrebt. „In Österreich ist das definitiv Bernadette Graf, international ist es Daria Bilodid, eine Judoka aus der Ukraine. Aber auch mein Papa und meine Trainer sind in meiner sportlichen Karriere für mich sehr wichtig.“

Ihre Trainer und ihren Vater hebt Verena auch besonders hervor als wir sie fragten, wie sie denn mit Niederlagen umgeht. „Ich suche definitiv Trost bei meinem Papa und meinen Trainern, sie geben mir dann immer ein gutes Gefühl, ermutigen und motivieren mich wieder, indem sie mir sagen, was ich in den Kämpfen davor schon alles gut gemacht habe.“

Zum Abschluss haben wir unsere Judoka noch gefragt, was sie einem/-r jungen Athlet/-in auf dem Weg zum Leistungssportler noch mitgeben möchte – „Du musst immer an dich selbst glauben und du darfst dein Ziel niemals aus den Augen verlieren! Konzentriere dich immer auf dich selbst und lass dich nicht zu viel von anderen beeinflussen!“

KURZ & KNACKIG:
Name: Verena Fröhlich
Jahrgang: 2003
Sportart: Judo
Verein: Judozentrum Innsbruck
Hobbys: mit Freunden & der Familie etwas unternehmen, neue sportliche Aktivitäten ausprobieren
Stärken: hilfsbereit, ehrlich & zielstrebig

https://www.facebook.com/verena.frohlich.169
https://www.instagram.com/vefroehlich/
https://www.judoinside.com/judoka/122114/Verena_Froehlich/judo-career

#improvetalents #damittalentesiegerwerden #nachwuchsleistungssporttirol