

Zeitungsberichte

2015



Theresa Wild

Wild und Wiedemann fahren zur WM

Duo qualifiziert sich für die Weltmeisterschaften in Zell am See.
Die Wittesheimerin darf obendrein am Ironman Hawaii teilnehmen.



Leonhard Wiedemann und Theresa Wild freuen sich, dass sie beim Triathlon im Kraichgau Startberechtigungen für die Weltmeisterschaften in Zell am See ergattert haben.

Der Ironman 70.3 Kraichgau in und rund um Bad Schönborn in der Nähe von Karlsruhe hat sich in der Triathlonszene etabliert und gehört zu einem der wichtigen Termine im Wettkampfkalendar vieler Profutriathleten. Erstmals wurden bei diesem Rennen unter den schnellsten Altersklassenathleten 100 Startplätze für die heuer in Zell am See stattfindenden 70.3-Weltmeisterschaften über die halbe Ironman-Distanz sowie 30 Startplätze für die Ironman-Weltmeisterschaft Hawaii vergeben.

Unter die Profis und die anderen rund 2600 Einzelstarter mischten sich in diesem Jahr neun Athleten aus der Region, um die Strecke im Kraichgau über 113 Rennkilometer, die sogenannte Halbdistanz (70.3 Rennmeilen) erfolgreich zu absolvieren. Neben 1,9 Schwimmkilometer galt es, 90 wellige Radkilometer und abschließende 21,1 Laufkilometer bei tropischen Außentemperaturen von bis zu 33 Grad zu absolvieren.

Einen herausragenden Tag erwischte dabei die Wittesheimerin Theresa Wild, die für das La Carerra TriTeam Rothsee an den Start ging. Sie absol-

vierte bei schwierigen und heißen Wetterbedingungen ein perfektes Rennen und kämpfte sich im Rennverlauf vom vierten Platz ihrer Altersklasse (18 bis 24) auf den ersten Platz nach vorne, wo sie den abschließenden Halbmarathon in 1:32 Stunden abspulte.

Im Ziel blieb die Uhr für Wild nach 4:59:32 Stunden stehen. Mit dieser Leistung sprang Wild nicht nur auf das Siegtreppchen der deutschen Meisterschaft über die Mitteldistanz, sondern löste mit ihrem Altersklassensieg das WM-Ticket für die Ironman-70.3-WM in Zell am See sowie ein begehrtes Ticket für die Teilnahme an der Ironman-WM auf Hawaii. Wild darf sich somit als erste Frau des Landkreises mit den schnellsten Frauen und Männern der Welt beim Ironman in Kailua-Kona am 10. Oktober messen. Überglücklich im Ziel freute sich Wild über den erreichten ersten Platz, verfehlte sie das gesetzte Ziel der WM-Qualifikation in ihren beiden letzten Rennen in Zell am See sowie St. Pölten jeweils nur knapp. Einen ähnlich perfekten Tag erwischte

Leonhard Wiedemann vom TSV Harburg Rehabit. Als schnellster Teilnehmer der männlichen Starter aus dem Landkreis stellte Wiedemann erneut seine gute Form unter Beweis. Mit einer durchschnittlichen Geschwindigkeit von 36 Stundenkilometern legte er mit einer starken Radzeit den Grundstein für sein schnelles Rennen, das er mit dem abschließenden Halbmarathon von 1:26 Stunden und einer Zielzeit von 4:31:24 Stunden schließlich auf dem zehnten Gesamtrang seiner Altersklasse M40 abschloss. Diese Platzierung im stark besetzten Rennen bescherte auch Wiedemann einen Startplatz bei der Halbdistanz-Weltmeisterschaft im Zell am See am 30. August.

Theresa Wild und Leonhard Wiedemann vertreten somit ihre Vereinsfarben und die ganze Region bei den diesjährigen Weltmeisterschaften. Außerdem waren in Bad Schönborn Daniel Treimer, Martin Treimer, Alexander Jung, Wolfgang Wild, Carola Wild, Johannes Riesinger und Jürgen Elsässer am Start.

Vorfreude auf Hawaii

DZ-Wahl Triathletin Theresa Wild aus Wittesheim hat sich für den bekanntesten Ironman der Welt qualifiziert. Zur „DZ-Sportlerin des Jahres“ wurde sie allerdings schon zuvor gewählt

VON MANUEL WENZEL

Monheim/Wittesheim Früher war Theresa Wild eine leidenschaftliche Fußballerin. Nachdem sie aber zum zweiten Mal einen Kreuzbandriss erlitten hatte, versprach sie ihren Eltern aufzuhören. Das war vor vier Jahren. Also suchte sie sich eine neue Herausforderung – und fand diese im Triathlon. Dabei feierte die 23-Jährige aus Wittesheim bereits große Erfolge. Im vergangenen Jahr wurde sie im Kraichgau deutsche Meisterin in der Altersklasse über die Mitteldistanz. Dabei war es ihr erstes Rennen über diese Strecke überhaupt. „Das war eigentlich nur ein Versuch. Ich habe mir gedacht, das probiere ich mal.“ Dass es dann gleich für Rang eins und damit einen deutschen Meistertitel gereicht hat, kam für Wild völlig überraschend. „Freude pur“, so beschreibt sie ihre Reaktion nach dem Zieleinlauf. Groß war die Freude bei der jungen Frau auch, als sie kürzlich bei der DZ-Wahl zur „Sportlerin des Jahres“ gewählt wurde. „Ich war schon total überrascht, dass ich nominiert war.“ Besonders glücklich ist sie, dass derart viele Stimmen für sie abgegeben wurden. In ihrer Kategorie lag sie am Ende mit großem Vorsprung vorne. „Das zeigt vielleicht auch, dass Triathlon hier eine gewisse Wertschätzung erfährt.“ Sie selbst investiert für ihren Sport viel. Das muss sie auch. Schließlich gehen beispielsweise die Rennen über



Groß war die Freude bei Theresa Wild, als sie erfuhr, dass sie von den Lesern unserer Zeitung zur „Sportlerin des Jahres“ gewählt wurde. Auch 2015 läuft es für die Triathletin bestens.

Foto: Manuel Wenzel

die Mitteldistanz über fünf Stunden. „Und das eigentlich durchgehend Vollgas.“ Im Schnitt trainiert die 23-Jährige etwa 15 Stunden in der Woche, wobei nach zwei Belastungswochen immer eine Erholungswoche folgt. Erholung bedeutet in diesem Fall, dass sie nur acht bis zehn Stunden trainiert. Ihre Paradedisziplin beim Triathlon ist das Laufen. „Das konnte ich schon immer.“ Auch das Radfahren funktioniert gut, beim Schwimmen sieht sie aber noch

viel Luft nach oben. „Ich habe einfach zu spät angefangen, das Kraulen richtig zu lernen.“ Wenn sie aber etwas anpackt, dann will sie es auch richtig machen. „Ich habe mega viel Ehrgeiz und will mich stets verbessern“, sagt die Wittesheimerin über sich selbst. Aufgeben bei einem Wettkampf sei für sie nur in absoluten Ausnahmefällen vorstellbar. „Ich will immer durchbeißen und unbedingt finishe. Das ist eigentlich fast wichtiger

als die Zeiten.“ Wobei sich auch diese mehr als sehen lassen können. Beim Ironman 70.3 im Kraichgau dieses Jahr blieb sie erstmals unter der magischen Fünf-Stunden-Marke (DZ berichtete). Das brachte ihr neben dem zweiten deutschen Meistertitel in ihrer Altersklasse auch die Qualifikation für die Weltmeisterschaft über diese Distanz im Juli in Zell am See. Außerdem darf Wild im Oktober bei der legendären Ironman-WM auf Hawaii an den Start

gehen – dann wird sie erstmals die volle Distanz angehen: 3,86 Kilometer Schwimmen im offenen Meer, dann 180,2 Kilometer auf dem Rad und zum Abschluss ein Marathonlauf über 42,195 Kilometer. „Ich freue mich jetzt schon total darauf, aber dafür muss ich auch noch sehr viel trainieren.“ Sie ist die erste Frau aus dem Landkreis Donau-Ries, die beim bekanntesten Triathlon der Welt an den Start gehen wird. „Das Ziel ist, heil anzukommen“, sagt Wild über den Mythos Ironman Hawaii.

Für diesen Höhepunkt ihrer bisherigen Karriere wird sie ihr Trainingspensum auf 20 Stunden pro Woche nach oben schrauben. Aber schon jetzt, so sagt die junge Frau, müsse sie aufpassen, dass sie sich die nötigen Erholungsphasen gönnt. Neben dem Training hilft sie auch gerne und viel auf dem elterlichen Bauernhof mit. „Egal ob bei den Tieren oder im Holz – das ist für mich ein super Ausgleich.“ Trainiert wird stets nach dem Feierabend. „Mein Arbeitgeber zeigt immer viel Verständnis und unterstützt mich bei meinem Sport“, sagt die Industriekauffrau. Nur einmal wöchentlich hat der Sport bei ihr Pause. „Aber selbst dann liege ich nicht nur einfach auf dem Sofa.“ Bewegung, Action, Spaß – Theresa Wild ist ein echtes Energiebündel. Apropos Energie: Bei ihren Wettkämpfen verbraucht sie extrem viel davon. Diese muss sie ihrem Körper auch regelmäßig zuführen. „Fleisch und Nudeln stehen daher fast immer auf meinem Speiseplan.“

Theresa Wild darf ins Mekka der Triathleten

Sportlerin ist wieder Deutsche Meisterin über die Halbdistanz

HILPOLTSTEIN - Beim Ironman 70.3 Kraichgau sahnte Theresa Wild vom La Carrera TriTeam Rothsee so richtig ab: Sie gewann ihre Altersklasse W 20 und wurde wie im vergangenen Jahr Deutsche Meisterin über die Triathlon-Mitteldistanz. Damit aber nicht genug. Wild qualifizierte sich zugleich für die Ironman-Weltmeisterschaft (Mitteldistanz) in Zell am See und holte sich einen der begehrten 30 Slots für den Start bei der legendären Ironman-Weltmeisterschaft (Langdistanz) auf Hawaii. Der bislang wohl größte Erfolg in ihrer noch jungen Triathlon-Karriere.



Durch und durch eine Gewinnerin: Ob Theresa Wild auch auf Hawaii Zeit für lässige Posen hat?

Bei hochsommerlichen Temperaturen gingen mit Carola Wild, Wolfgang Wild und Andreas Köstler noch weitere drei Athleten für La Carrera an den Start und absolvierten 1,9 Kilometer Schwimmen im Hardtsee, 90 Kilometer auf einer sehr selektiven Radstrecke im „Land der 1000 Hügel“ und abschließend einen Halbmarathon, der mit drei Runden (jeweils sieben Kilometer) ebenfalls sehr anspruchsvoll war.

Bei Theresa Wild lief es zu Beginn des Rennens nicht optimal. Sie positionierte sich beim Schwimmen zu sehr in der Mitte des Feldes und bekam dadurch

viele Schläge ab. Trotzdem konnte sie ihre Schwimmleistung im Vergleich zum vergangenen Jahr deutlich steigern und stieg nach 33:26 Minuten aus den Fluten.

Magenprobleme auf dem Rad

Auf dem Rad nahm sie anfangs zu viele Gels zu sich und bekam leichte Magenprobleme. Bei Kilometer 30 wurde sie von Carola Wild überholt, was Theresa Wild dann letztendlich wieder Antrieb verschaffte. Ab da nahm sie nur noch Wasser zu sich und fand zu ihrer gewohnten Stärke am Berg zurück.

Mental half ihr der Gedanke, dass mit dem Laufen ihre Paradedisziplin noch kommen würde. So stieg sie nach 2:49:36 vom Rad und lief die 21,1 Kilometer zum Schluss in sehr starken 1:32:08, was eine Endzeit von 4:59:32 bedeutete. Theresa Wild hatte damit ihre Zeit von 2014 um 17 Minuten verbessert. Bereits beim Zieleinlauf erfuhr sie von ihrer geschafften Qualifikation für Zell am See und Hawaii, indem sie vom Moderator angekündigt wurde mit: „Jetzt kommt Theresa Wild. Sie kann sich ihren Geldbeutel und die Kreditkarte schon mal bereitlegen, denn das wird noch teuer in diesem Jahr!“

„Das kann man gar nicht in Worte fassen, das sind Emotionen pur – da sind dann nur noch die Tränen geflossen“, sagte Theresa Wild, als sie erschöpft, aber überglücklich im Ziel ankam.

Und mit ihr freuten sich natürlich auch Vater Wolfgang und Stiefmutter Carola Wild. Bei Wolfgang Wild lief das Schwimmen wegen Atemproblemen nicht optimal (35:52) und beim Radfahren hatte er mit einem Platten zu

kämpfen, was ihm einige Minuten kostete (2:49:13). Dafür lief es beim Halbmarathon wieder rund (1:38:17), sodass er bei der deutschen Meisterschaft nach 5:08:21 als 49. seiner Altersklasse M50 ins Ziel einlief.

Einbruch bei Kilometer 15

Carola Wild hatte beim Schwimmen keine Probleme (35:07) und auch auf dem Rad fühlte sie sich gut (2:50:18). Allerdings musste sie den heißen Temperaturen und vielen Höhenmetern Tribut zollen, sodass auf der Laufstrecke bei Kilometer 15 der Einbruch kam. Dennoch biss sie auf die Zähne und beendete das Rennen nach 5:23:20 mit einem Top-Ten-Platz (9.) in ihrer Altersklasse W 40.

Für Theresa Wild heißt es jetzt, sich in den nächsten Monaten auf ihre erste Langdistanz vorzubereiten. Natürlich war dies, wie bei vielen Triathleten, bisher ein Traum, irgendwann einmal in Hawaii dabei zu sein. Aber, dass er bereits 2015 Realität wird, damit hatte sie nicht gerechnet. Auf die Frage, ob sie sich das jetzt schon zutraue, antwortet Theresa Wild, ohne zu zögern: „Ja! So eine Chance bekommt man vielleicht nur einmal im Leben. Die Gelegenheit muss man beim Schopfe packen!“ So sind also der 30. August (Zell am See) sowie der 10. Oktober (Kona) im Kalender eingetragen.

Nach Michael Seitz und Mirco Helmreich (2013) ist Theresa Wild die dritte Athletin des La Carrera TriTeam Rothsee, die sich für Hawaii qualifiziert hat. Im Hause Wild heißt das jetzt Hawaii-Reise planen, denn Wolfgang und Carola werden Theresa Wild auf jeden Fall bei ihrem Abenteuer begleiten.

Theresa Wild läuft nach vorne

Triathletin auf Rang zwei bei Wettbewerb in Karlsfeld

Theresa Wild ist beim Triathlon in Karlsfeld über die olympische Distanz an den Start gegangen. Für die über 500 Einzelstarter, davon 96 Frauen, erfolgte der Startschuss zunächst für die 1500 Meter Schwimmen im Karlsfelder See. Da die Wassertemperatur über 23 Grad lag, waren Neoprenanzüge verboten, und die Strecke durfte nur mit dem Wettkampfdress geschwommen werden. Theresa kam nach 27:02 Minuten aus dem Wasser und

reichte sich damit auf Platz fünf ein. Der Wechsel auf das Rad verlief reibungslos und schnell, und es wurden 46 Radkilometer auf der extra gesperrten B471 bei immer stärker werdendem Wind in Angriff genommen. Bei einer Radzeit von 1:15 Stunden (Platz vier) wechselte die Wittesheimerin auf die 10,6 Kilometer lange Laufstrecke und es begann die Verfolgungsjagd auf das Podest. Die bis dahin Drittplatzierte lag vor dem Laufen knapp drei Mi-

nuten vor ihr, doch bei Kilometer vier hatte Theresa den Rückstand wettgemacht und überholte diese.

ANZEIGE

Motiviert von ihrer Laufgeschwindigkeit überholte sie auch noch auf dem siebten Kilometer die Zweitplatzierte und kam freudestrahlend mit der schnellsten Laufzeit aller Frauen als Gesamtzweite in einer Zeit von 2:26,44 Stunden hinter Maria Paulig und vor Gunda Häusler ins Ziel. (dz)

DZ-Bericht vom 20. September 2015 - HALBMARATHON

Der Name Wild beherrscht die Siegerlisten

Drei erste Plätze für Warching am Brombachsee. Auch Harburg ist gut unterwegs

Pleinfeld Mit drei ersten Plätzen ist die Warching Läufergruppe vom Pleinfelder Seenland-Halbmarathon zurückgekehrt. Auch Athleten des TSV Harburg Rehafit waren bei dieser Veranstaltung unterwegs, bei der mehr als 1300 Starter die Distanz über 21,1 Kilometer um den Brombachsee in Angriff nahmen. Bei idealem Läuferwetter belegte Wolfgang Wild (Warching) in seiner Altersklasse (AK) 50 von 102 Startern in einer Zeit von 1:24:22 Stunden den ersten Platz. Sein Teamkollege Günter Kitzinger war ihm hart auf den Fersen und finishte in 1:25:12 Stunden als Zweiter dieser Altersklasse. Theresa Wild lief ein starkes Rennen und gewann ihre Frauenhauptklasse in 1:30:18 Stunden, doch die Gesamtsiegerin des Vorjahres musste sich diesmal mit dem vierten Gesamtplatz unter

281 Starterinnen zufriedengeben.

Streckenrekorde verbessert

Wie gewohnt war auch Carola Wild schnell unterwegs und gewann souverän die AK 40 und finishte in 1:37:39 Stunden als Gesamtsiebte bei den Frauen. Der schnellste Mann des Tages war Joseph Kalip in 1:09:15 Stunden, schnellste Frau war Ina Köhler (1:23:21), was jeweils neuen Streckenrekord bedeutete. Fabian Pfefferer überraschte bei seinem ersten Halbmarathon mit einer hervorragenden Endzeit von 1:34:12 Stunden.

Christian Leinfelder und Armin Berkmüller verbesserten ihre Bestzeiten auf 1:34:04 und 1:35:24 Stunden. Dieter Walter finishte in 1:35:23 Stunden. Ebenfalls mit Bestzeit überraschte Arthur Hofer in 1:37:40 Stunden, gefolgt von Karlheinz Leinfelder (1:39:46) und

Monheims Bürgermeister Günther Pfeffer (1:44:08). Auch Gerdi Ferber (1:44:09) und Wolfgang Katzenberger (1:59:45) waren zufrieden.

Schnellster der Harburger Riege war Jochen Berktold nach 1:30:15 Stunden, gefolgt von Holger Feldmann (1:36:18). Sein Debüt über die Halbmarathondistanz gab Daniel Deisenhofer, er finishte nach 1:45:07 Stunden. Ebenfalls vertraten Bettina Hecht, Ursula Gandorfer-Schröppel und Daniela Hanus die TSV-Farben an der Fränkischen Seenplatte. Hecht erreichte das Ziel nach 1:49:28, Gandorfer-Schröppel nach 1:51:47 und Hanus nach 1:58:08 Stunden.

Auch über die Marathondistanz wagte sich ein routinierte TSV Harburg Rehafit Läufer: Martin Comanns benötigte für die 42,195 Kilometer 3:17:10 Stunden. (dz, dat)

Theresa Wild wird WM-Achte

Wittesheimerin platziert sich in ihrer Altersklasse unter den Top Ten bei der Ironman-70.3-WM

Monheim-Wittesheim Die Wittesheimerin Theresa Wild, vom La Carrera TriTeam Rothsee, wurde bei der Ironman-70.3-Weltmeisterschaft in Zell am See-Kaprun Achte in ihrer Altersklasse W18-24. Damit hat sie ihren ersten Start bei einer Weltmeisterschaft überhaupt erfolgreich absolviert und kann nun optimistisch ihrem weiteren WM-Auftritt am 10. Oktober beim berühmten Ironman auf Hawaii entgegensehen. Leonhard Wiedemann vom TSV Harburg startete ebenfalls das erste Mal bei einer Weltmeisterschaft und lieferte ein hervorragendes Rennen ab.

Bereits am Freitag waren die beiden WM-Starter mit einem großen Fanclub und Familie angereist und liefen beim Einmarsch der Nationen neben der Deutschland-Fahne mit. Lediglich drei Deutsche ihrer Altersklasse hatten sich von 55 Starterinnen für die Weltmeisterschaft qualifiziert, die zum ersten Mal in Europa stattfand.

Startschuss für Theresa Wild fiel um 12.05 Uhr in der letzten Startgruppe. Die Strecke kannte sie bereits aus dem Vorjahr, als sie erstmals in Zell am See antrat. Im Gegensatz zum verregneten Wettkampf im vergangenen Jahr mussten die Athleten nun mit hochsommerlichen Temperaturen zurechtkommen. Der kristallklare See hatte 20 Grad, sodass das Tragen von Neoprenanzügen erlaubt war. 1,9 Kilometer waren zu absolvieren. Wild meisterte das Schwimmen sehr gut. Mit ihrer Zeit von 32:51 Minuten verbesserte sie ihre Leistung vom vergangenen Jahr um fast vier Minuten. Nach dem Schwimmen lag sie unter den 55 Athletinnen ihrer Altersklasse auf dem 37. Platz.

Triathleten müssen beim Laufen der Hitze Tribut zollen

Die anspruchsvolle Radstrecke über 90 Kilometer mit 1288 Höhenmetern hatte für jeden Geschmack etwas parat: schnelle Passagen, kräftezehrende Berganstiege und rasante Abfahrten. Wild spulte die Strecke ohne größere



WM-Debüt geschafft: Theresa Wild und Leonhard Wiedemann freuten sich über ihre Medaillen nach ihrem Erfolg bei der Weltmeisterschaft über die halbe Ironman-Distanz.

Probleme in 2:45:40 ab und verbesserte ihre Vorjahreszeit um fast 13 Minuten. Mit der neuntschnellsten Radzeit fuhr sie auf Platz 13 vor.

Bei Wilds Paradedisziplin, dem Laufen, machte sie noch einmal Plätze gut. 21,1 Kilometer mussten von den Athleten in zwei Runden um den See bewältigt werden. Doch gerade hier bereitete ihr die Hitze die größten Probleme. Sie kämpfte bis zum Schluss und legte nach 1:36:39 sogar die viertschnellste Laufzeit vor. Somit kam Theresa nach einer tollen Zeit von 5:03:33 ins Ziel und musste lediglich sieben Athletinnen derselben Altersklasse den Vortritt lassen – ein Riesenerfolg für Wilds Debüt. Bei Leonhard Wiedemann verlief das Rennen ähnlich, beim Schwimmen kam er hochzufrieden aus dem Wasser mit einer Zeit von 29:53, beim Radfahren konnte Leonhard ordentlich Druck machen und wechselte mit einer fantastischen Radzeit von 2:30 Stunden zum Laufen. Aber auch ihm machte die extreme Hitze zu schaffen und er konnte seine Laufstärke nicht ausspielen. Trotz der 35 Grad lief er den Halbmarathon immer noch in 1:29 Stunden. Er belegte bei dem hochklassigen Feld den 27. Platz von 256 Athleten in der Altersklasse 40-44.

Tags zuvor war bereits Theresa Wilds Vater Wolfgang über dieselbe Distanz und auf derselben Strecke ins Rennen gegangen, lediglich ohne WM-Wertung. Auch er lieferte ein tolles Rennen ab und finishte nach 5:15:31 auf Platz 14 in seiner Altersklasse M50. Für die Schwimmstrecke benötigte er 35:35 Minuten, war 2:49:17 auf dem Rad unterwegs und lief den abschließenden Halbmarathon in 1:42:55 Stunden.

Erst die Erholung, dann der Ironman auf Hawaii

Für Theresa Wild steht nun erst einmal Erholung auf dem Programm, doch dann geht die Vorbereitung weiter. Denn ihr eigentlicher Saisonhöhepunkt, der Start beim legendären Ironman auf Hawaii am 10. Okt. lässt nicht lange auf sich warten.

Im Training muss Theresa Wild nun die Distanzen etwas erhöhen, damit auch das Debüt über 3,8 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren und 42,195 Kilometer Laufen so erfolgreich über die Bühne geht wie ihr 70.3-Auftritt über die halbe Ironman-Distanz. Leonhard Wiedemann geht ebenfalls auf ein Langdistanzrennen am 26. September in Mallorca. (dz)

Erst die Tortur, dann der Urlaub

Theresa Wild startet beim Ironman Hawaii. Die harten Wettkampfbedingungen im Ferienparadies versprechen den Sportlern die Hölle auf Erden *Von Stephanie Utz*



Auf ins Getümmel: Wenn am Samstag der Ironman auf Hawaii beginnt, muss sich auch Theresa Wild aus Wittesheim in dem Feld von mehr als 2000 Athleten zurechtfinden. Da kann es vor allem beim Schwimmen ganz schön eng werden, wie das Bild von einem der vergangenen Wettkämpfe zeigt.

Hawaii. Bei dem Wort erscheinen zwangsläufig kilometerlange Sandstrände, Palmen und bunte Cocktails mit Schirmchen vor dem inneren Auge. Doch für wenige Sportler bedeutet es eine unfassbare körperliche Tortur, wenn es um den Ironman auf Hawaii geht. Dem stellt sich die junge Wittesheimerin Theresa Wild. Sie nimmt am Samstag an der Triathlon-Weltmeisterschaft teil.

Als „Jackpot“ bezeichnet Wild ihre Qualifikation zum traditionsreichen Rennen, das jedes Jahr mehr als Zweitausend Sportler aus der ganzen Welt anzieht. Mit ihrer guten Platzierung bei der 70.3-WM in Zell am See hatte sie das Ticket für den Wettkampf auf der Urlaubsinsel gelöst. Dort muss sie die Langdistanz bewältigen. Das heißt konkret 3,86 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren und anschließend einen Marathonlauf von 42,2 Kilometern zu bewältigen. Doch wie bereitet man sich auf solch einen immens harten Wettkampf vor? „Man trainiert in Etappen“, sagt Wild. Etwa vier Kilometer schwimmen und danach noch 80 auf dem Rad abspulen. „Man läuft auch vor einem Marathon im Training keinen Marathon“, fügt Stiefmutter Carola Wild hinzu. Auch

im Rennen selbst sehe man eher die Etappenziele und nicht das große Ganze. Kurios und gleichzeitig fast nicht zu glauben ist, das Theresa Wild noch nie einen Triathlon über die Langdistanz bestritten hat, sondern nur die halbe Strecke. Für Carola Wild ist allerdings klar: „Theresa wird finishen!“

Ein Trainer bereitete die junge Frau gezielt auf den Wettkampf vor, schrieb ihr einen Plan, nach dem sie voring. Da Wild in Vollzeit arbeitet, waren die Wochen vor Hawaii proppenvoll gestopft. Abgesehen von Arbeit und Training gab es da nicht viel. Zumal sich die Wittesheimerin auch über die Strecke und die Gegebenheiten vor Ort informieren musste. „Wichtig ist vor allem zu wissen, wo die Versorgungspunkte an der Strecke angebracht sind, wo man essen und trinken kann“, sagt Theresa Wild.

„Das ist über die Langdistanz ganz entscheidend“, pflichtet Carola Wild ihr bei. Zudem müsse die Nahrung vor dem Wettkampf getestet werden. „Die Teilnehmer bekommen oft Magenprobleme, weil sie das Essen nicht gewöhnt sind“, erklärt sie.

Doch auf eines kann sich Theresa Wild vorher nicht vorbereiten: die Umgebung und die klimatischen Bedingungen. Und die haben es auf Hawaii in

sich. Es herrscht eine hohe Luftfeuchtigkeit, weshalb die Sportler meist schon eine Woche vorher anreisen. So kann sich der Körper darauf einstellen. Zudem müssen die Teilnehmer mit den Wellen im Pazifik zurechtkommen. Die sogenannten Hoʻo-Mumuku-Winde machen den Athleten das Leben schwer. Diese böigen Seitenwinde haben vor allem auf der Radstrecke schon häufig den Rennverlauf beeinflusst. Hinzu kommt das Laufen in der prallen Sonne, das die Sportler auch psychisch an ihre Grenzen bringt.

Die vielen Schwierigkeiten tragen zum Mythos des Ironman Hawaii bei. „Der Wettkampf hat einen riesigen Stellenwert. Wer sich dort überhaupt erst qualifiziert und sich dann der Herausforderung stellt, erhält große Anerkennung von jedem Triathleten“, erklärt Theresa Wild. Unterstützt wird sie vor Ort von Carola und Vater Wolfgang Wild. Für Erstere ein harter Job: „Ich bin noch aufgeregter als Theresa. Am Streckenrand bin ich immer so machtlos, wobei ich genau weiß, was auf sie zukommt.“ Bei der WM in Zell am See sei das auch schon schrecklich gewesen: „Ich sah sie leiden, litt mit ihr, aber konnte rein gar nichts machen.“ Theresa Wilds Familie kümmert sich auf Hawaii um alles, damit sich die junge Frau ganz auf das Rennen konzentrieren kann. „Wir haben eine Ferienwohnung am Strand, einige Kilometer vom Start des Wettkampfes in Kailua-Kona entfernt“, sagt Carola Wild und Theresa ist ganz froh darüber, wie sie erklärt: „Die meisten Triathleten sind in Kona untergebracht und machen sich alle gegenseitig verrückt!“

Weil der Ironman unberechenbar ist, sei ihr Ziel ganz klar „das Ziel“. Dennoch hoffe sie, ihre Laufstärke ausspielen zu können. Am Samstag, 10. Oktober, nach rund zehn Stunden Quälerei gibt es für Theresa Wild dann nur noch eines: Urlaub auf Hawaii.

Theresa Wilds Erfahrungen vom Ironman Hawaii gibt es auf ihrem Blog nachzulesen unter www.theresa-wild.de

Theresa Wild finisht beim Ironman Hawaii

Wittesheimerin wird sechste in ihrer Altersklasse



Theresa Wild (links) nahm am Triathlon auf Hawaii teil und kam als 1216. Teilnehmerin von 2367 ins Ziel.

Donauwörth Das Ziel ist das Ziel: Mit diesem Gedanken ging die 23-jährige Theresa Wild aus Wittesheim an den Start des legendären Ironman Hawaii, der am Samstag stattfand. Und das Ziel hat sie auch erreicht – nach elf Stunden, 34 Minuten und 24 Sekunden. Damit belegte die junge Frau den 1216.

Platz von insgesamt 2367 Teilnehmern. In ihrer Altersklasse 18 bis 24 Jahre landete sie auf dem sechsten Platz, von insgesamt 31 Frauen. Familie und Verwandte fieberten zu Hause vor dem Laptop und Fernseher per Liveübertragung bis spät in die Nacht mit. Über das Internet konnten

sie die momentane Platzierung und die Zeiten der jungen Frau verfolgen, wie Mutter Ute Wild erzählt. 3,86 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren und 42,2 Kilometer Laufen – das waren die Anforderungen an die Teilnehmer. Für Wild das allererste Rennen überhaupt, über die Ironman-Distanz.

Auf diese Leistung ist ihre Familie unheimlich stolz: „Wir freuen uns sehr. Dass sie das Ziel erreicht hat, ist der Hammer“, freut sich ihre Mutter. Bruder Jonas hatte extra das „Resi-Glücks-shirt“ an und auch Bruder Andreas drückte seiner Schwester ganz fest die Daumen. Gleich, nachdem Theresa ins Ziel gelaufen war, habe sie sich per Handy bei ihrer Familie gemeldet, berichtet Mutter Ute Wild.

Wenn die 23-Jährige am Freitag, 17. Oktober, wieder nach Hause kommt, werde es sicher eine Party geben, verspricht sie. (alex-)



Die junge Garde macht das Rennen

Breitensport Theresa Wild und Johannes Estner gewinnen Jedermannslauf in Wemding

Wemding. Die junge Garde hat bei der zweiten Station der Jedermannslaufserie der LG Donau-Ries in Wemding einen starken Auftritt hingelegt. Johannes Estner (Jahrgang 1991) vom TSV Nördlingen als Sieger in 34:20 Minuten, Mario Leser (1993) als Zweiter (35:31) und Andreas Beck (1986, ebenfalls LG Zusam) als Dritter (35:32) lagen nach zehn Kilometern deutlich vor dem restlichen Feld. Bei den Frauen siegte Theresa Wild (1992, LG Warching) in 42:51. Bei frühlingshaftem Wetter wagten sich gut 230 Läufer auf die Langstrecke. Hinter dem Spitzentrio landeten Manuel Leinfelder (4. LG Warching, 38:17), Joachim Lang (5.,

VSC Donauwörth, 38:46), Michael Simon (8., LG Warching, 39:35) und Leonhard Wiedemann (9., TSV Harburg, 39:40) im Vorderfeld.

Bei den Frauen schafften es auch Katharina Kaufmann (TSV Oettingen, 43:35) und Livia Volk (TSV Nördlingen, 44:25) auf das Treppchen. Arnold Fischer absolvierte auf seiner Heimstrecke seinen 150. Lauf der Serie. Auf der Kurzstrecke gab es beim Nachwuchs folgende Altersklassen-Gewinner: Bei der MU 10 siegte Jonas Käser vom SC Wallerstein in 16:47 Minuten, bei der MU 12 Ben Wechsler (Geh-Punkt Weißenburg), bei der MU 14 Nikolaus Grimm (Arriba Göppersdorf) und bei

der MU 16 Luca Greiner vom TSV Nördlingen. Bei den WU 10 gewann Silia Jung vom VSC Donauwörth, bei der WU 12 Alyshia Josefina Sandner (VSC), bei der WU 14 Amelie Weiß (TSV Nördlingen) und bei der WU 16 Selina Smola (Göppersdorf).

In der Teamwertung führt nach zwei von fünf Rennen der TSV Harburg mit 103 Startern vor dem VSC Donauwörth (97). Einen Ehrenpreis bekam der 7777. Teilnehmer, der in Wemding das Ziel erreichte. Es war Gabriele Muggauer vom TSV Harburg. Der nächste Jedermannslauf findet am Sonntag, 22. November, um 10 Uhr in Bertensbreit („Schlößlelauf“) statt. (dz)



Über die Kurzstrecke des Jedermannslauf in Wemding gingen vor allem viele junge Läufer an den Start.

Zeitungsberichte

SKILANGLAUF

2015/16



Theresa Wild

Theresa Wild knackt magische Marke

Wittesheimerin überzeugt im Tannheimer Tal



Theresa Wild blieb beim Tannheimer Skitrail unter zwei Stunden.

Tannheim Zwei Langläufer der LG Warching waren zum zweiten Mal beim Abschluss-Skating-Rennen

im Tannheimer Tal im Einsatz. Über die 36 Kilometer lange Strecke hatten sich Theresa Wild und Enri-

co Antal bestens vorbereitet und gingen mit weiteren 454 Läufern am Sonntag an den Start.

Nach einem perfekt eingeteilten Rennen kam Wild in der angepeilten Endzeit von 1:58.48 Stunden ins Ziel. Damit belegte sie in der Frauenwertung den 15. Platz. In ihrer Klasse der 20- bis 30-Jährigen erreichte sie den neunten Platz.

Das ist umso beachtlicher, da viele Läuferinnen des österreichischen Profilagere und des Deutschen Skiverbandes am Start waren. „Die harte Vorbereitung hat sich gelohnt“, freute sich Wild. Ihr Trainingspartner Antal finishte in 2:07.31 Stunden, erreichte damit auch seine persönliche Bestzeit und wurde 35. in der M30-Klasse.

Der Skimarathon im Tannheimer Tal findet seit den 1970er-Jahren statt. Seit 2003 gibt es ein großes viertägiges Rahmenprogramm mit vielen verschiedenen Wettkämpfen für alle Altersklassen