

„Die Anspannung steigt täglich“

Als erste Frau des La Carrera TriTeams Rothsee startet Theresa Wild beim Ironman auf Hawaii

Hilpoltstein (HK) 2013 haben Michael Seitz und Mirco Helmreich die Farben des La Carrera TriTeams Rothsee beim legendären Ironman auf Hawaii vertreten. Am 10. Oktober wird die 23-jährige Theresa Wild als erste Frau des Hilpoltsteiner Triathlonvereins in der Bucht von Kailua-Kona starten. Beim Ironman 70.3 in Kraichgau Anfang Juni hat sich Wild den Deutschen Meistertitel über die Mitteldistanz mit dem Sieg in ihrer Altersklasse W20 geholt. Darüber hinaus hat sie bei diesem Rennen auch die Qualifikation für die Ironman-Weltmeisterschaft in Zell am See (Mitteldistanz) geschafft und sich eines der begehrten Slots für die Ironman-Weltmeisterschaft (Langdistanz) in Hawaii gesichert. Vor ihrem Abflug stand Wild Rede und Antwort.

Frau Wild, es ist nicht mehr lange bis zu ihrem großen Tag. Wie fühlen sie sich?

Theresa Wild: Die Anspannung steigt täglich. Ich freue mich aber schon sehr, dass es nun losgeht und fühle mich gut vorbereitet.

Was bedeutet dieser Hawaii-Start für Sie?

Wild: Der Ironman Hawaii ist ein Mythos und Ursprung des Triathlons. Dadurch, dass er so unberechenbar ist – das Schwimmen im offenen Meer, Radfahren durch die Lavawüste und das Laufen bei siedender Hitze – ist das alles etwas Besonderes. Mich freut es, dass ich das in den jungen Jahren schon geschafft habe und die erste Frau aus dem Landkreis Donau-Ries bin.

Wie haben Sie sich für dieses Ereignis vorbereitet?

Wild: Die Vorbereitung lief richtig gut. Ich kam verletzungsfrei und gesund durch. Meine Trainingspläne schreibt



Die Vorfreude ist groß: Theresa Wild startet als erste Frau des Hilpoltsteiner Triathlonvereins beim Ironman auf Hawaii. Foto: R. Münch

Bennie Lindberg und ich vertraue ihm. In der Hochphase nahm der Sport neben meinem 40-Stunden-Vollzeitjob als Industriekauffrau 20 bis 25 Stunden in Anspruch.

Welche Wettkämpfe haben Ihnen im Vorfeld bei der Vorbereitung geholfen?

Wild: Nach meiner erfolgreichen Qualifikation nahm ich im Sommer an mehreren olympischen Distanzen teil. Wichtig für die Vorbereitung war auch die 70.3 WM in Zell am See. Hier konnte ich in die WM-Atmosphäre schon reinschnuppern und die Hitze testen.

Wie konnten Sie sich ständig zum Training motivieren?

Wild: Ich bin sehr ehrgeizig. Wenn ich ein Ziel vor Augen habe, kann ich mich selbst super motivieren. muss mich nie zum

Training aufraffen und freue mich sogar darauf.

Wie haben Sie es geschafft, Ihren Vollzeitjob und das Training für eine Langdistanz unter einen Hut zu bringen?

Wild: Durch die Unterstützung meiner ganzen Familie ist das möglich. Sie steht mir bei und mit Rat und Tat zur Seite. Außerdem steht mein Arbeitgeber sehr hinter mir und gibt mir die nötigen Freiräume.

Bleibt da überhaupt noch Zeit für ein Privatleben?

Wild: Da wir zu Hause einen Bauernhof haben und ich gerne mithilfe, kann es schwierig werden mit den Ruhephasen und der Entspannung. Auch das Partyleben muss gerade ohne mich stattfinden.

Wer begleitet Sie nach Hawaii?

Wild: Mein Vater Wolfgang und Carola werden mich begleiten. Darüber bin ich froh, weil die beiden auch schon Erfahrung mit der Langdistanz haben. Sie gaben mir schon einige Tipps.

Was wollen Sie auf Hawaii noch alles unternehmen?

Wild: Insgesamt bleiben wir 17 Tage. Wir wollen die Vulkane ansehen, wandern, schnorcheln, mit Delfinen schwimmen und auch Inselhopping steht auf dem Programm.

Was wünschen Sie sich für den Wettkampftag?

Wild: Dass ich gut gesund durchkomme, mich von der Atmosphäre tragen lassen kann und dass es mir gut geht während des Wettkampfs, vor allem aber, dass ich mich im Ziel „Irongirl“ nennen kann.

Wenn Sie an den Wettkampf denken – vor was haben Sie am meisten Respekt?

Wild: Das Schwimmen im offenen Meer, Radfahren durch die Lavawüste und das Laufen bei siedender Hitze – das ist alles echt was besonderes. Interessant finde ich auch den Gedanken daran, an was man wohl während des Rennens denkt.

Gibt es eine Wunschzeit oder wollen Sie nur ankommen?

Wild: Da es meine erste Langdistanz ist, ist mein Motto: das Ziel ist das Ziel.

Gibt es schon Pläne für die Zeit nach Hawaii?

Wild: Da ich im Winter begeisterte Langläuferin bin, freue ich mich schon wieder auf den Schnee. Allerdings bin ich über die Ruhepause erst einmal froh. Heuer möchte ich im Winter dann einen Skilanglauftrainer-schein machen.

Das Gespräch führte: Sabine Frisch.