

Theresa Stephan: Traum von der DM

Theresa Stephan, die 14-jährige Sportlerin des Schwimmvereins Blau-Weiß Pirmasens, hat einen Traum: Bei den süddeutschen Jugend-Schwimm-Meisterschaften vom 6. bis 8. Mai in Karlsruhe in der 50-Meter- und 100-Meter-Rücken-Disziplin eine Zeit zu schwimmen, die sie berechtigt, bei den deutschen Meisterschaften in Berlin an den Start zu gehen.

Sollte es in diesem Jahr noch nicht klappen, hat die junge Schwimmerin allerdings noch Zeit, ihr großes Ziel zu erreichen.

Im Alter von drei Jahren erlernte Theresa von ihrer Mutter Alexandra das Schwimmen. Die Eltern sind beide beim Schwimmverein Blau-Weiß Pirmasens tätig, Vater Markus ist dritter Vorsitzender des Vereins. Ihre 16-jährige Schwester Katharina ist ebenfalls erfolgreich im Schwimmbecken unterwegs.

Zurzeit besucht die 1,65 Meter große Schwimmerin das Immanuel-Kant-Gymnasium in Pirmasens.

Im Alter von acht Jahren begann Theresa Stephan mit dem Leistungssport. Schon bald zeigte sich ihr Talent in mehreren Disziplinen. In Freistil, Lagen und Rücken stellten sich erste Erfolge ein. „Das Brustschwimmen ist noch meine Schwachstelle, da muss ich mich noch verbessern“, sagt die Sportlerin selbstkritisch. Der Durchbruch stellte sich 2008 als Jahrgangsbeste des Südwestdeutschen Schwimmverbandes über 200 Meter Lagen ein. 2009 in Burghausen und ein Jahr später in Sindelfingen startete sie bei den süddeutschen Meisterschaften. In ihrer Lieblingsdisziplin, dem Rückenschwimmen, wurde sie im gleichen Jahr über 100 Meter Rheinland-Pfalz-Jahrgangsmeisterin.

Nun steht die große Herausforderung süddeutsche Meisterschaften in Karlsruhe über 50 und 100 Meter Rücken bevor. „Im Vorjahr in Sindelfingen landete ich im Mittelfeld. Dieses Jahr lasse ich mich überraschen, was herauskommt. Mein Traum ist, einmal an deutschen Jugendmeisterschaften teilzunehmen“, fährt Theresa im Mai



Auf dem Startblock zu guten Leistungen: Theresa Stephan vom Schwimmverein Blau-Weiß Pirmasens. (Foto: Fäßer)

entspannt in die badische Landeshauptstadt.

Die erste Generalprobe bei den Weinstraßen-Schwimmwettkämpfen in Neustadt verlief sehr erfolgreich. Vier erste, zwei zweite und einmal ein dritter Platz zeigen die gute Form der Pirmasenser Schwimmhoffnung. Ihre Vorbereitung für die „Süddeutschen“ wurde am Wochenende gekrönt mit den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften über 100 und 200 Meter Rücken.

Trainer Heiner Held, in Personalunion Trainer, sportlicher Leiter und Vorsitzender beim Schwimmverein Blau-Weiß Pirmasens, ist zufrieden mit seinem Schützling. „Über die Rückenstrecken ist Theresa ganz stark, die Leistungen in Freistil und Lagenschwimmen können sich ebenfalls sehen lassen“, sagt Held.

Die Schwimmerin trainiert viermal in der Woche im Plub, wo die Übungsmöglichkeiten doch etwas beschränkt sind. Das unbedingt notwendige Krafttraining kann im Hallenbad auch nicht ausgeübt werden. „Wir haben es in Pirmasens schwerer als anderswo, daher sind die Leistungen aller unserer Sportler besonders hoch einzuschätzen“, fügt der Schwimmverantwortliche an.

Noch etwas mehr Biss in entscheidenden Momenten wünscht sich Heiner Held von seinem Talent im Hinblick auf die bevorstehenden Aufgaben. Die Form ist da, Karlsruhe kann kommen. (df)