

Eiskunstlauf: Mannheimerin Sarah Hecken gibt bei der WM in Nizza den zehnten Platz als Traumziel aus / Abitur-Stress gemeistert

Entspannt, aber doch voller Ehrgeiz

Von unserer Mitarbeiterin
Sibylle Dornseiff

MANNHEIM. Erstmals in ihrer Karriere hätte Sarah Hecken unbelastet zu einer internationalen Meisterschaft fahren können. Schließlich fällt der Schulstress weg. „Ich fühle mich so leicht und entspannt. Ich kann es noch gar nicht realisieren, dass das Abi zur Hälfte geschafft ist“, sagte die 18-Jährige kurz vor ihrer Abreise zur WM in Nizza. Doch die Streiks im öffentlichen Dienst sorgten für Verzögerungen. Hecken saß lange auf dem Flughafen fest, ehe sie doch noch fliegen konnte. „Diese Umstände sind natürlich sehr unglücklich. Das Training am Mittwoch ist für mich sehr wichtig“, hoffte sie nach dem glücklichen Ende der Reise auf einen guten Start in die WM. Denn die viermalige Deutsche Meisterin musste lange warten, bis sie wieder ins Wettkampfgeschehen eingreifen konnte.

Als sie sich Anfang November wegen eines entzündeten Schleimbeutels am Fuß operieren ließ, rechnete niemand damit, dass sich die Genesung über zwei Monate hinziehen würde. Schwere Herzens musste Hecken zuerst die Deutschen und dann auch die Europa-Meisterschaften sausenlassen: „Es ist nicht mein Ding, einfach abzusagen. Aber die Schmerzen waren zu stark.“

Durchhänger gemeistert

„Im Nachhinein war es die richtige Entscheidung“, sagt sie mit einigem Abstand. „Es war hart, immer nur in der Reha trainieren zu können. Ohne meinen festen Willen, noch diese Saison wieder einzusteigen, hätte ich es nicht geschafft.“ Bei den gelegentlichen „Durchhängern“ waren „Ute, Nadine und Christian immer für mich da und haben mich aufgebaut“, ist sie dem Physiotherapeuten-Trio Neugebauer, Göring

Sarah Hecken

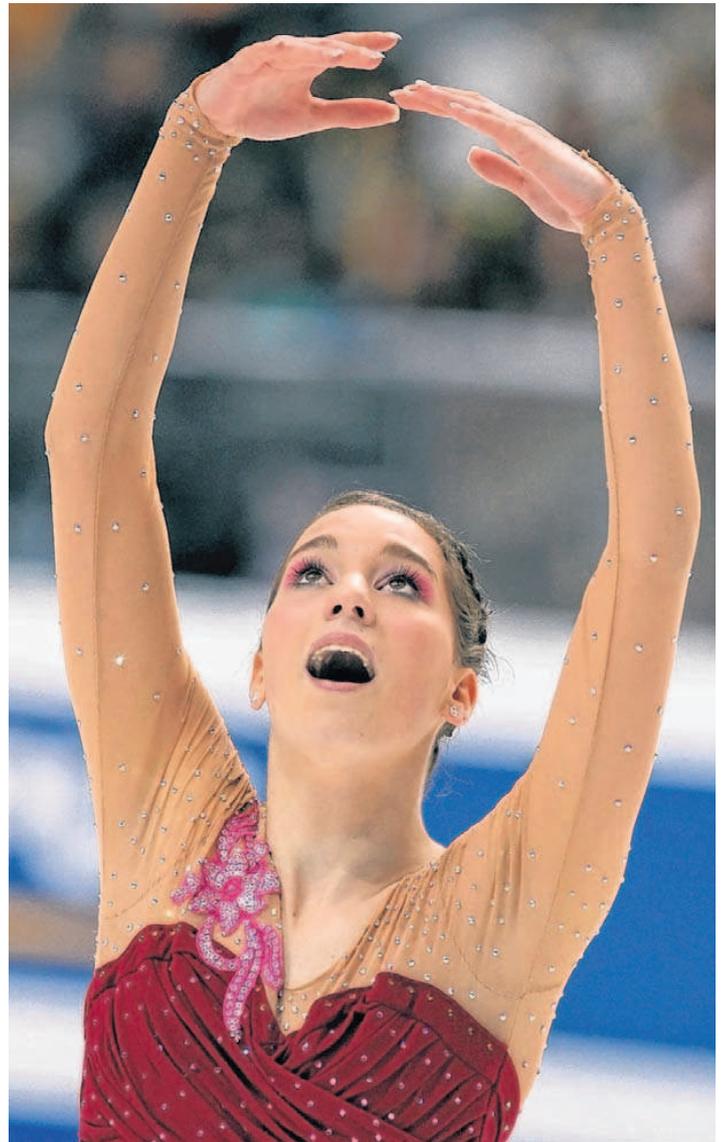
■ Sarah Hecken wurde am **27. August 1993 in Mannheim geboren** und ist Abiturientin des Ludwig-Frank-Gymnasiums. **Seit 1996** läuft sie **für den Mannheimer ERC**. Ihr **Trainer ist Peter Sczypa**.

■ Sie ist **dreimalige Deutsche Meisterin (2008, 2010, 2011)**, nahm an den **Olympischen Spielen in Vancouver** teil und wurde bei EM und WM 2011 jeweils Elfte. Ihre Bestleistung sind 155,83 Punkte (WM 2011).

■ Bei der **WM in Nizza** läuft sie am **Donnerstag (12.30 Uhr) das Kurzprogramm** auf eine Malagueña (Eurosport, 16.30 Uhr), am **Samstag (18.30 Uhr) die Kür** zu Chopin-Klänge (Eurosport, 20.15 Uhr). *sd*

und Ziegler „unendlich dankbar“. Doch wenn Sarah der von einem neuen Schuh verursachten Zwangspause („die Zunge hat gedrückt, ohne dass ich es richtig spürte“) etwas Gutes abgewinnen will, dann sind es die plötzlichen Freiräume, die sie für das Lernen nutzte. „Ich wollte das Abi durchziehen. Meine Schule hat mich dabei voll unterstützt, die Lehrer haben mir sogar an den Wochenenden Nachhilfe gegeben.“ Auch der Deutschen Eisläufer-Union ist Hecken dankbar, dass sie für diese Saison nicht abgeschrieben wurde. „Ich hatte nur zwei internationale Wettkämpfe zu Saisonbeginn, war dabei aber recht gut“, erarbeitete sie sich bei der Nebelhorn-Trophy in Oberstdorf (6.) und beim Grand Prix Skate Canada (8.) eine gute Basis.

In Nizza will sie der DEU nun das geschenkte Vertrauen zurückgeben. „Mein Ziel ist Platz elf wie im letzten Jahr – oder besser. Aber leicht wird



Sarah Hecken hat an ihrem Ausdruck und den Pirouetten gearbeitet. Auch der dreifache Flip ist sicherer geworden.

BILD: DPA

das nicht“, weiß die dreimalige Deutsche Meisterin, dass sie trotz ihres Sieges letzte Woche in Luxemburg den Trainingsrückstand noch nicht wieder aufgeholt hat. „Am liebsten würde ich ja mit Rang zehn einen zweiten Startplatz für Deutschland holen“, erlaubt sie sich zwischendurch dennoch einen Traum.

Immerhin hat ihr der Sieg in Luxemburg die notwendigen Welt-ranglistenpunkte gebracht, um in der vorletzten Startgruppe aufs Eis zu dürfen. „Direkt vorher wird noch einmal Eis gemacht – und das ist ein

Vorteil. Doch die Leistung muss ich allein bringen“, hofft Hecken, dass sich ihre Verbesserungen gegenüber 2011 auszahlen. „Wir haben an den Pirouetten und am Ausdruck gefeilt. Auch mein dreifacher Flip ist sicherer geworden.“ Nur den Lutz wird sie in Nizza noch weglassen.

Doch Hecken denkt schon weiter. „Ich bewerbe mich im Sommer bei der Bundeswehr, denn ich will 2014 auf jeden Fall zu den Olympischen Spielen nach Sotschi – und bestimmt auch noch länger eislaufen“, freut sie sich auf einen neuen Lebensabschnitt.