

## Der lange Weg zurück

Heike Priess überwindet ihre gesundheitlichen Probleme

**Dietramszell** ■ Als Heike Priess über die Ziellinie lief, spielte ein Lächeln auf ihren Lippen. Es blieb dort eine ganze Weile, gerade so, als hätte die 32-Jährige noch nie einen anderen Gesichtsausdruck gehabt in ihrem Leben. Nichts war mehr von den zurückliegenden Anstrengungen zu sehen, die der Tölzer Triathlon gefordert hatte. Die Nervosität, die Priess in den Tagen vor dem Wettkampf empfunden hatte, machte in diesem Moment der Erleichterung Platz. Zum zweiten Mal in Folge hatte die Athletin des WSV Bad Tölz bei ihrem Heimwettkampf triumphiert.

Es war ein wichtiger Erfolg, den Priess am vergangenen Sonntag feierte, beseitigte er doch manchen Selbstzweifel, der sich in den vergangenen acht Monaten aufgebaut hatte. So lange ist es her, seit die Dietramszellerin auf Hawaii die Ironman-Weltmeisterschaft bestritt und sich damit einen langgehegten Traum erfüllte. Danach jedoch forderte der Körper seinen Tribut. Schon bei der Vorbereitung auf Hawaii hatte die Triathletin mit Bandscheibenproblemen zu kämpfen, ignorierte aber die Signale, um die Teilnahme nicht zu gefährden. „Danach hat mir mein Physiotherapeut geraten, so lange wie möglich, mit dem Training aufzuhören“, sagt Priess. Großer Überzeugungsarbeit bedurfte es nicht, im Grunde kam ihr die verordnete Pause sogar gelegen. „Das ganze Jahr hatte sich nur um den Sport gedreht, da habe ich es sehr genossen, nicht jeden Tag, trainieren zu müssen“, erklärt Priess. Dass sich ihre Auszeit unfreiwillig verlängern würde, ahnte sie zu diesem Zeitpunkt nicht.

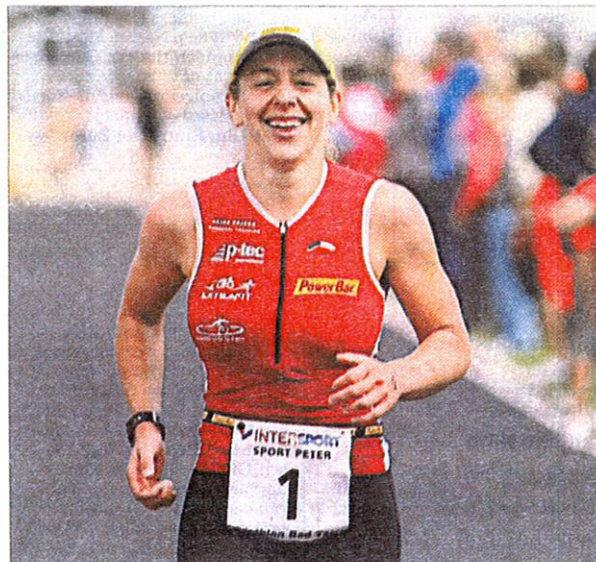
Anfang Dezember hatten sich die Schmerzen in der Wirbelsäule gelegt, und Priess fieberte erwartungsfroh dem Trainingsauftakt entgegen. Doch eine Erkrankung machte alle gefassten Pläne zunichte. Statt pünktlich zum Jah-

reswechsel mit der Vorbereitung auf den Ironman auf Lanzarote zu beginnen, den Priess im vorvergangenen Mai als Elfte ihrer Altersklasse beendet hatte, kämpfte sie fünf Wochen lang mit einer Erkältung. „Da war klar, dass es mit Lanzarote nichts werden würde“, wusste Priess. Frustriert sagte sie ihre Teilnahme ab.

Da Flug und Hotel jedoch bereits gebucht waren, nutzte die WSV-Athletin die Zeit stattdessen zu einem Trainingslager auf der Insel und verfolgte den Wettkampf als Zuschauerin. „Das war schon ein komisches Gefühl“, erinnert sie sich. Ihrer persönlichen Form tat der Trip nach Lanzarote gut, wie nun der Tölzer Triathlon bewies. Seit Februar trainiert Priess zudem unter Aufsicht eines Trainers – Neuland für die 32-Jährige, die in ihrer bisherigen Karriere stets auf sich selbst vertraute. „Es ist schön, jemanden fragen zu können, wenn man sich unsicher ist“, sagt Priess. „Der einem auch mal sagt, jetzt musst du Pause machen und nicht den nächsten Wettkampf in Angriff nehmen.“

### Saisonziel liegt in Norwegen

Wettkämpfe hat die Dietramszellerin in diesem Jahr mit Bedacht ausgewählt. An diesem Sonntag startet sie bei der Challenge Kraichgau, ihr Saisonhöhepunkt ist der *Northman* in Norwegen am 8. August. Dieser skandinavische Ironman gilt ob seines bergigen Terrains als einer der härtesten Triathlons der Welt. Lediglich 250 Teilnehmer sind zugelassen, innerhalb von sieben Minuten war der gefragte Wettkampf ausgebucht. „Ich mag so Extremveranstaltungen, er ist für mich genauso wichtig wie Hawaii“, sagt Priess. Ihr Ziel hat sie daher bereits klar vor Augen. „Ich möchte dort gewinnen“, sagt die 32-Jährige entschlossen. In dem Fall dürfte ihr Lächeln wohl noch deutlicher ausfallen. *Christoph Peters*



Ihr Lächeln ist wieder da – und sie selbst auch: Heike Priess, die Nummer eins beim Tölzer Triathlon. Foto: Manfred Neubauer