

# Zum Abschluss nochmals glänzen

Schwimmen: Stev Theloke beendet in diesem Jahr definitiv seine Karriere – Nach Verletzung viel Ungewissheit

VON **RTINA MARTIN**

**Chemnitz.** Das normale Gehen fällt zwar noch etwas schwer, doch im Wasser kann er sich schon ganz gut wieder bewegen. „Nur beim Abstoßen am Beckenrand halte ich mich erst einmal zurück“, erzählt Stev Theloke von seinen Trainingseinheiten, die er inzwischen wieder täglich absolviert. Möglichst mit einem Erfolgserlebnis will das Chemnitzer Schwimmer-Ass in diesem Jahr seine Karriere beenden. Ursprünglich hatte er geplant, sich bei entsprechender Vorbereitung nochmals für die Weltmeisterschaft, die im Sommer in Rom stattfindet, zu qualifizieren. Ins Visier nahm er dabei ganz konzentriert nur die Sprintstrecke über 50 Meter Rücken. Doch im eiskalten Januar erhielt sein Vorhaben einen herben Dämpfer. Vor der eigenen Haus türtschte er aus und zog sich im rechten Sprunggelenk einen zweifachen Bänderriss zu. Mit den Nachwehen kämpft er bis heute.

„Diese Verletzung habe ich ja nun schon das sechste Mal. Da weiß ich zwar, was zu tun ist und wie die Behandlungen ablaufen. Doch es dauert jetzt elend lange“, seufzt der 31-jährige voller Ungeduld. Denn inzwischen drängt die Zeit, deshalb hat er seine Erwartungen auch schon etwas zurück geschraubt. „Wenn ich die Normzeit für die WM nicht mehr schaffe, dann möchte ich wenigstens bei der deutschen Meisterschaft eine Medaille gewinnen. Das wäre dann ebenso ein schöner Abschluss“, sinniert der zweifache Olympia-Dritte von Sydney 2000 zwar, doch ans Aufgeben denkt er jetzt noch nicht. Die nationalen Titelkämpfe als die ent-



Stev Theloke will noch ein letztes Mal angreifen.

—FOTO: ANDREAS SEIDEL

scheidende WM-Qualifikation stehen im Gegensatz zu den Vorjahren, wo diese meist im Frühjahr ausgetragen wurden, erst Ende Juni auf dem Kalender. Und auf der Sprintdistanz

scheint es eher möglich, wieder an die Spitze heranzukommen. Zumindest er wegen dieser Spezialisierung bei den Trainingsinhalten andere Prioritäten als früher setzt. So absolviert er

jetzt rund 70 Prozent seiner Einheiten im Kraft- und Ausdauerbereich, wo er die Belastung des Fußes besser dosieren kann.

Geändert hat sich auch die Betreuung in seinem Umfeld. Zu seiner langjährigen Trainerin Ute Schinkitz, die inzwischen für die behinderten Schwimmer in ganz Deutschland verantwortlich ist, hat der mehrfache Europameister zwar weiter Kontakt und kann sie natürlich auch um Rat fragen. Doch vor allem bei der Gestaltung seines Programms außerhalb des Wassers unterstützt ihn seit einiger Zeit mit Jan Schönherr ein professioneller Fitnesscoach. Von ihm erhält er auch Hinweise zu Gesundheits- und Ernährungsfragen. Und braucht er mal jemanden am Beckenrand, der beispielsweise Zeiten stoppt, dann ist mit Jens Epler ein Kumpel zur Stelle.

Stev Theloke plagt dennoch eine gewisse Unsicherheit. Da er 2008 wegen Rückenproblemen die Olympiavorbereitung abbrechen und lange Zeit pausieren musste, hat er seit über einem Jahr keinen wichtigen Wettkampf mehr bestritten. Auch da braucht er bis zur Meisterschaft Bewährungsproben, auf die er sich jetzt noch nicht festlegen kann. Dafür hat er in den vergangenen Monaten für seine berufliche Zukunft einiges auf den Weg gebracht. Er absolvierte eine Ausbildung in der Vermögens- und Versicherungsbranche, begann im Sportmanagement (im Fernstudium steht noch die Abschlussarbeit aus) tätig zu werden und betreut inzwischen Triathleten beim Schwimmtraining.