



Name: Helena Stanek (geb. Fromm)
(Taekwondo, PSV Eichstätt)

Alter: 34 Jahre

Wohnort: 59823 Arnsberg

Beruf: Referentin für Medien und Marketing

Größte sportliche Erfolge:

Bronzemedaille bei Olympischen Spielen in London 2012, Olympiateilnehmerin 2008, 2 x WM-Bronze, Europameisterin, 2-fache Militärweltmeisterin

Besondere Auszeichnungen:

Silbernes Lorbeerblatt, Goldene Ehrennadel in Gold NRW,

Hobbies:

Skifahren, Skitouren-Gehen, Sport allgemein

Was war Ihr emotionalster/schönster sportlicher Moment und wo haben Sie Ihre größte Enttäuschung erlebt?

Mein schönster sportliche Moment war natürlich der Gewinn der Bronzemedaille bei den Olympischen Spielen in London. Dass meine ganze Familie, viele Freunde und Bekannte in London dabei waren, hat diesen Erfolg zu etwas besonderem gemacht. Dass wir an dem Tag Sportgeschichte geschrieben haben, hat noch mal einen drauf gesetzt. Besonders emotional war der Gewinn der Europameisterschaft 2008, da ich hier im Finale meine Gegnerin aus Frankreich besiegt habe, gegen die ich mir gut 7 Monate zuvor noch das Kreuzband gerissen hatte. Das war ebenfalls sehr emotional, da ich mit dieser Goldmedaille meine Olympiaqualifikation für die Olympischen Spiele in Peking 2008 doch noch geschafft habe.

Meine größte Enttäuschung erlebte ich bei der Weltmeisterschaft 2011 in Korea, weil ich hier gegen eine Kämpferin aus China einen klaren Kopftreffer gesetzt habe, er mir aber wieder aberkannt wurde. Das alles war in der letzten Sekunde des Kampfes und ich konnte nichts mehr am Ergebnis ändern. Meine Mama war schon jubelnd Zuhause rumgelaufen, da ich für sie die klare Siegerin war, schließlich stand es mit Ablauf der Zeit 6:4 für mich. Ein Sieg hier im Halbfinale hätte den Einzug ins Finale bedeutet und mir somit mein bestes WM-Ergebnis gebracht. Leider sah an diesem Tag die ganze Halle, dass trotz Videoreplay noch eine gewisse politische Macht hinter manchen Entscheidungen steckte.

Welche Wünsche haben Sie für die Zukunft?

Ich wünsche mir mehr Anerkennung in den öffentlich-rechtlichen Fernsehsender für Randsportarten bzw. generell Sommersportarten. Im Winter funktioniert es auch, dass an den Wochenenden stets den ganzen Tag Wintersport läuft. Dies sollte für die Sommersportarten ebenso möglich sein. Eine Sportschau sollte aus meiner Sicht in Fußballschau umbenannt werden. Ich mag Fußball wirklich gerne, vor allem den BVB. Ich finde es toll, dass Randsportarten durch die DFL Stiftung auch einen Nutzen aus der Popularität des Fußballs haben. Aber dennoch sollte die Vielfalt des Sports in regelmäßigen Übertragungen (Ähnlich wie bei den FINALS) auch in den TV-Sendern zu sehen sein. Für Sportverbände und für Sportler eröffnet dies ganz andere Möglichkeiten.

Für mich persönlich wünsche ich mir stets die Balance aus Familienleben und beruflichen Verpflichtungen zu schaffen. Was als dreifach Mutter, ohne Oma und Opa vor Ort, oft ein Grenzgang ist.

Was ist Ihr Lebensmotto?

Das hat sich auch in meinem „neuen“ Leben nicht verändert: „Wer kämpft, kann verlieren. Wer nicht kämpft, hat schon verloren.“ Mittlerweile ergänze ich es manchmal mit „Wer nicht fragt, bekommt auch keine Antwort.“