HEIKE & HEIKE

Zwei Seiten einer Medaille

ZWEI OLYMPIASIEGERINNEN. ZWEI SYSTEME. ZWEI WEGE AN DIE WELTSPITZE.

Worum es in diesem Buch geht

Heike Henkel und Heike Drechsler gehören zu den prägendsten deutschen Leichtathletinnen ihrer Generation. Die eine wurde im Westen groß und sprang hoch, die andere wurde im DDR-Sportsystem geprägt und sprang weit. 1992 standen beide in Barcelona im selben deutschen Trikot ganz oben auf dem olympischen Podest - mit sehr unterschiedlichen Lebenswegen.

In „Heike & Heike - Zwei Seiten einer Medaille“ erzählen sie von Training und Druck, Goldmomenten und Niederlagen, Vertrauen und Wandel. Das Buch blickt hinter die sichtbaren Erfolge des Spitzensports und fragt, was Menschen stark macht, wenn Sicherheiten verschwinden und es wirklich darauf ankommt.

Autorinnen	Heike Henkel & Heike Drechsler
ISBN	978-3-98641-353-8
Erscheinung	28.09.2026
Ausgabe	Softcover · 212 Seiten
Ladenpreis	20,00 €

Themen & Anknüpfungspunkte

SPITZENSPORT & MENSCH

Training, Fokus, Leistungsdruck, Verletzungen, Rückschläge und Comebacks.

OST & WEST

Zwei Biografien aus BRD und DDR - und 1992 erstmals gemeinsam im gesamtdeutschen Olympiateam.

VERTRAUEN & WANDEL

Was Zusammenarbeit, Zuhören und gemeinsame Ziele tragen können, wenn sich Rahmenbedingungen verändern.

ZWEI LEBENSWEGE IM VERGLEICH

Was die beiden Autorinnen geprägt hat - und wofür sie heute stehen.

HEIKE HENKEL

Hochsprung · Westdeutschland

- 1964 in Kiel-Ellerbek geboren; sportlicher Einstieg über Turnen und später Leichtathletik beim TSV Kronshagen.
- 1984 erste Olympiateilnahme in Los Angeles; 1985 Wechsel zu Bayer Leverkusen.
- Parallel zum Spitzensport Abitur und Studium Grafikdesign in Köln; Abschluss als Diplom-Designerin.
- 1990 Europameisterin, 1991 Weltmeisterin, 1992 Olympiasiegerin in Barcelona.
- 1992 Hallenweltrekord von 2,07 m; im selben Jahr Deutschlands Sportlerin des Jahres.
- 2022 Aufnahme in die Hall of Fame des deutschen Sports.

Heute

- Lebt im Rheinland; öffentlich als Wahl-Rheinländerin bekannt, mit starkem Bezug zu Köln/Leverkusen.
- Zertifizierte Sport-Mentaltrainerin, Keynote-Speakerin und Buchautorin.
- Coacht Athlet:innen und Führungskräfte zu mentaler Stärke, Fokus und Gesundheit.
- Engagiert sich u. a. für Osteopathie und Osteoporose-Früherkennung sowie in sozialen Projekten.

HEIKE DRECHSLER

Weitsprung & Sprint · Ostdeutschland

- 1964 in Gera geboren; frühe Förderung im DDR-Leistungssport, später SC Motor Jena.
- 1983 mit 18 Jahren Weltmeisterin im Weitsprung in Helsinki - bis heute die jüngste Titelträgerin dieser Disziplin.
- 1985 erster Weltrekord im Freien; 1988 7,48 m - bis heute deutscher Rekord.
- 1992 Olympiasiegerin in Barcelona, 1993 Weltmeisterin in Stuttgart, 2000 zweiter Olympiasieg in Sydney.
- Über zwei Jahrzehnte Weltklasse in Weitsprung und Sprint; Karriereende 2004.
- 2014 Aufnahme in die Hall of Fame des Leichtathletik-Weltverbands.

Heute

- Lebt in Berlin und ist dem Sport weiterhin eng verbunden.
- Gesundheitsbotschafterin der BARMER und Beraterin für Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM).
- Gibt Impulse zu Bewegung, Motivation, Resilienz, Prävention und gesunder Leistungsfähigkeit.
- 2026 weiterhin bei Gesundheits-, Sport- und Unternehmensveranstaltungen als Expertin und Ehrengast präsent.

Regionale Anknüpfungspunkte

Heike Henkel

Kiel / Kronshagen · Leverkusen · Köln · Rheinland. Diese Stationen verbinden Jugend, Spitzensport, Studium und heutige berufliche Tätigkeit.

Heike Drechsler

Gera · Bad Blankenburg · Jena · Berlin. Die Biografie verbindet DDR-Sportgeschichte, deutsche Einheit und eine bis heute aktive Rolle im Gesundheits- und Sportumfeld.

GEMEINSAMER BEZUGSPUNKT: BARCELONA 1992

Im wiedervereinigten Deutschland traten beide im selben Olympiateam an und gewannen Gold - Heike Drechsler im Weitsprung, Heike Henkel im Hochsprung. Genau diese Verbindung aus unterschiedlichen Prägungen und gemeinsamer Erfahrung bildet den Kern des Buches.

Aktuell rund um das Buch

- Auftritte von Heike Henkel und Heike Drechsler auf der Frankfurter Buchmesse 2026 sind geplant.
- Leseprobe und Presseinformationen sind über den Mentoren Media Verlag erhältlich.
- Weitere Informationen: mentoren-verlag.de/werke/heike-und-heike-zwei-seiten-einer-medaille/