

# Natascha Badmann: Wieder auf dem Weg der Besserung

30. Mai 2015



*Anlässlich des Pink Ribbon 48-Stunden-Charity-Lauf in Zürich traf die tritime-online-Redaktion die vierfache Hawaii-Siegerin und plauderte ein wenig mit der Grande Dame des Triathlon.*

Am vergangenen Donnerstag eröffnete Natascha Badmann den Pink Ribbon 48-Stunden-Lauf im Sihlcity – der Stadt in der Stadt in Zürich, die aus einer ehemaligen Papierfabrik entstanden ist und nun zahlreiche Shops, Restaurants, Büros, ein Hotel und ein großes Spa mit Fitness-Cente beherbergt. Zusammen mit weiteren Profisportlern und den Partnern Nike und dem Asia Spa Zürich lief die Schweizer Profi-Triathletin gut gelaunt einige Kilometer für den guten Zweck auf dem Laufband, um auf die Brustkrebsprävention aufmerksam zu machen.

Auch die tritime-Redaktion hat diese Brustkrebs-Solidaritätsaktion besucht und gleichzeitig das Event genutzt, um ein wenig mit Natascha über die Saison 2015 zu sprechen. 2014 war die 48-Jährige unter anderem auf Platz sechs beim Ironman Frankfurt auf dem Römer eingelaufen und sicherte sich bei ihrem Heim-Ironman in Zürich Rang 2. Auf Hawaii konnte sie im Oktober auch noch als Vierundzwanzigste finishen. Im Interview erzählt sie, warum das Jahr 2014 aber dennoch alles andere als rund verlaufen ist.

**Hallo Natascha, schön dich hier im Sihlcity in Zürich zu treffen, wie geht es dir momentan? Man hat dieses Jahr noch wenig von dir gehört.**

Ja, das stimmt. Es geht mir momentan auch noch nicht ganz so gut. Ich hatte im Frühjahr 2014 einen Radunfall auf Gran Canaria. Die Verletzungen waren auf den ersten Blick eigentlich gar nicht so schlimm, daher habe ich sie mehr oder weniger ignoriert und meine Saison weiter durchgezogen. Ich habe nur den geplanten Start beim Ironman Melbourne 14 Tage später abgesagt.

**Was war dann genau das Problem? Du hast doch noch sehr ordentliche Ergebnisse letzte Saison abgeliefert?**

Ja, das schon, aber ich hätte meinem Körper länger Erholung gönnen und alles auskurieren müssen und nicht einfach ganz normal weiter machen dürfen, denn mein Körper hat mir das im Spätjahr sehr übel genommen. Irgendwann ging gar

nichts mehr. Ich konnte mich am Saisonende eigentlich gar nicht mehr ohne Schmerzen bewegen. Alles war steif und unbeweglich.

### **Wie sieht es momentan bei dir aus?**

Das Training läuft schon wieder ganz okay. Ich kann zwar noch nicht so viel machen und auch nicht so schnell, wie ich gerne möchte, aber ich bin auf dem Weg der Besserung.

### **Wie sieht deine Saisonplanung 2015 aus?**

Ich werde im Juni beim Citytriathlon in Heilbronn, den ich wegen der tollen Stimmung unheimlich gerne mag, meinen ersten Testwettkampf machen und schauen, wie gut das schon wieder funktioniert. Dann werde ich noch ein, zwei weitere Mitteldistanzen und auch einen Ironman planen. Wo genau ich den Ironman machen werde, steht allerdings derzeit noch nicht fest.

### **Hast du letztes Jahr schon mal mit dem Gedanken gespielt, deine Karriere zu beenden?**

Ja, kurz habe ich darüber nachgedacht. Wenn man sich gar nicht mehr ohne Schmerzen bewegen kann und alles weh tut, fragt man sich schon, ob das ganze so noch Sinn macht. Aber ich habe noch ein großes Ziel. Ich möchte nächstes Jahr noch einmal nach Hawaii. Ich habe dort 1996 meinen ersten Start gehabt. 2016 könnte ich dort mein 20-jähriges Jubiläum feiern. Das hat mich noch mal zum Weitermachen motiviert, viel Energie für eine vernünftige Reha über den Winter gegeben und jetzt bin ich überzeugt, dass ich mein Ziel nächstes Jahr schaffen kann.

### **Herzlichen Dank, Natascha für das Interview, alles Gute und hoffentlich bis zum Ironman Hawaii 2016.**



Interview und Fotos: Meike Maurer



Dieser Eintrag wurde veröffentlicht in Panorama und verschlagwortet mit Natascha Badmann von Klaus Arendt. Permanenter Link zum Eintrag [<http://www.tritime-magazin.de/2015/05/natascha-badmann-wieder-auf-dem-weg-der-besserung/>].

Die Kommentarfunktion ist geschlossen.