

COOP.CH COOPERATION.CH COOPERAZIONE.CH

coop
zeitung

NEWSLETTERABO

E-Mail-Adresse

OK

0

zeitung durchsuchen...

TATEN STATT WORTE

FAMILIE

ESSEN & TRINKEN

AKTUELL

LIFESTYLE

FREIZEIT

BEGEGNUNGEN

Im Augenblick



Coopzeitung als ePaper

Ausgabe Nr. 40 vom 3.

Oktober 2016 »

Das Online-Stiltraining Fashion & Trends Titelgeschichten Wochenfrage



Natascha Badmann weiss noch nicht, welche Sportart sie nach ihrer Triathlon-Karriere ausprobieren will.

Ironlady: «Es wäre nicht gut, wenn ich gewinnen würde»

Wenn Natascha Badmann am 8. Oktober an der Ironman-WM in Hawaii startet, könnte die 49-Jährige die Mutter ihrer Konkurrentinnen sein. Höchste Zeit, aufzuhören.

Interview

Natascha Badmann, als Sie auf dem Zenit Ihres sportlichen Könnens standen, bezeichneten Sie sich selber als «Baum voller Früchte». Was sind Sie nun am Ende Ihrer Karriere?

Natascha Badmann: Gute Frage ... (längere Pause). Vielleicht hilft es, dass ich schnell nach draussen auf meinen Apfelbaum schaue. Ich sehe immer noch einen Baum mit vielen Früchten, wobei das eine oder andere Blatt heruntergefallen ist. (Lacht). Es gibt keinen Grund, um zu klagen. Ich bin dankbar, dass mein Körper noch so gut in Form ist und ich meinen Sport so lange mit Freude ausüben durfte.

Sie hätten weitermachen können.

Es ist gut, dass es jetzt als Profi-Triathletin langsam zu Ende geht. Klar ist, dass ich weiter Sport treiben möchte. Sportlich zu bleiben hat mit Lebensqualität zu tun. Ich bin mir aber noch nicht sicher, was ich ausprobieren werde.

Vielleicht Schiessen? Heidi Diethelm Gerber holte noch mit 47 Olympiabronze.

Nein, das ist sicher nichts für mich. Dafür fehlt mir die ruhige Hand. Dressurreiten wäre vielleicht etwas. In Rio war doch eine 61-Jährige dabei, die drei Enkel hat. Ich lasse das auf mich zukommen. Aber zuerst steht der Ironman in Hawaii an. Ich freue mich sehr darauf.

Werden Sie trotzdem etwas Wehmut empfinden?

Ja, das sicher. Hawaii ist mir, seit ich 1996 das erste Mal startete, ans Herz gewachsen. Wenn ich auf die vergangenen Jahre zurückblicke, dann kommen sehr viele Emotionen zusammen. Ich war ganz oben, da hätte ich alle umarmen können. Ich war aber auch ganz unten, 2007, als ich den schlimmen Sturz hatte und dachte: Nun ist alles verloren! Das letzte Rennen wird 20 Jahre nach meinem ersten Wettkampf auf der Insel ein runder Abschluss.

Wenn Sie den schönsten Ironman Hawaii herauspicken müssten, welchen würden Sie wählen?

Das ist schwierig ... 2012 war mit unglaublichen Gefühlen verbunden. Ich wurde Sechste, es fühlte sich jedoch wie ein Sieg an. Nach dem schweren Unfall musste ich froh sein, nur schon wieder dabei sein zu dürfen. Dass ich es dann auch noch so weit nach vorne schaffe, hätte ich nie gedacht. Sehr schön war aber auch mein erster Erfolg 1998. Da fühlte ich mich so leicht, als könnte ich fliegen. Niemand hatte den Sieg von mir erwartet, auch weil zuvor noch nie eine Europäerin gewonnen hatte. Die anderen Erfolge waren auch schön, aber da galt ich als Favoritin. Es war selbstverständlicher, dass ich gewinne.

Wie erinnern Sie sich an Ihren Sturz, als Sie von einem Motorrad abgedrängt wurden und sich Verletzungen an Schlüsselbein, Schultern und Rippen zuzogen?

Da denke ich vor allem an die Zeit danach. Vorher ein grosser, starker Baum, wie Sie vorhin gesagt haben, war ich auf einen Schlag ein hilfloses Pflänzchen. Im Spital sagte mir die Krankenschwester: «Sie befinden sich im Aufwachzimmer. Wenn Sie irgendetwas wollen, drücken Sie den Knopf, dann komme ich sofort!» Doch wie sollte ich das machen? Ich konnte die Arme nicht heben, die Schultern waren dick einbandagiert. Ich konnte mir nicht mal die Tränen abwischen. Nie wieder habe ich etwas Schlimmeres erlebt. Ich badete in meinem Selbstmitleid.

«Ich nenne sie das Engelchen und das Teufelchen.»

Wie fanden Sie wieder heraus?

Ziemlich schnell. Da halfen mir meine Erfahrungen vom Triathlon. Wenn ich mich in einen Wettkampf begeben habe, habe ich zwei Stimmen in mir. Ich nenne sie das Engelchen und das Teufelchen. Das Teufelchen in mir klagt über schmerzende Füsse oder müde Beine. Das Engelchen aber sagt: «Ach, so schlimm ist es nicht. Du schaffst das. Es kommt alles gut.» So war es auch nach dem Unfall. Das Teufelchen in mir sagte, ich sei ein armer Mensch, der nie wieder Spitzensport betreiben könne. Doch das Engelchen wehrte sich vehement: «Du bist ein undankbarer Mensch. Es gibt viele, die viel schlimmer dran sind. Du aber siehst, du hörst, du kannst reden. Kämpfe!» Das habe ich getan. Wenn mich der Therapeut aufforderte, die Ellbogen um 90 Grad zu beugen, dann versuchte ich 120 Grad. Ich nahm die ganze Rehabilitation als Wettkampf.

Der Triathlon als Lebensschule.

Ja. Ein Triathlon ist wie der Schnelldurchlauf eines Lebens. Man erlebt Höhen und Tiefen, steht vor immer neuen Herausforderungen, weiss aber auch, dass man stark genug ist, um alles durchzustehen. Wer einen Triathlon bestreitet, ist besser gewappnet fürs Leben.

Was erwarten Sie von sich am Ironman in Hawaii?

Ich erwarte eigentlich das Gleiche wie früher: Ich will einfach mein Bestes geben. Dass es nicht mehr für einen Sieg reicht, das weiss ich. Wenn ich gewinnen würde, wäre das nicht gut. Dann müsste man sich fragen: Mit welchen unerlaubten Hilfsmitteln hat Natascha Badmann nachgeholfen? Oder: Hat sie sich mit einem Elektrobike auf die Velostrecke begeben? (Lacht.)

Sie werden im Dezember 50. Ist es einfach nur eine Zahl oder doch mehr?

Es ist schon mehr. Jeder Geburtstag ist zwar einmalig, aber die 50 sind doch eine besondere Schwelle. Es haben sich in all den Jahren ziemlich viele Erfahrungen angesammelt. Die möchte ich gerne an Referaten weitergeben und der Öffentlichkeit zugänglich machen.

Sie hätten auch bei den Amateuren in Ihrer Alterskategorie starten können.

Das wäre meiner Meinung nach noch nicht fair gewesen. Weil ich doch wie ein Profi trainiere und für die Amateure zu schnell bin. In der Profi-Kategorie ist es allerdings genauso merkwürdig: Neben mir stehen ja alles junge Frauen am Start, die meine Töchter sein könnten. Höchste Zeit also, aufzuhören!

Sie haben vorhin von Hawaii geschwärmt. Was macht die Insel denn so besonders?

Es fängt schon mit der Ankunft an. Man landet auf dem offenen Rollfeld, nebenan befindet sich gleich das Meer. Als ich vor 20 Jahren in Hawaii aus dem Flieger stieg, blies mir ein warmer Wind ins Gesicht. Ich dachte sofort: Hier bin ich willkommen! Dann all die wunderbaren Blumen und Blüten. Die Plumeria habe ich auch schon nach Hause mitgenommen, aber so wie auf Hawaii gedeiht sie hier nicht.

Was sonst noch?

Die Gegensätze! Auf Hawaii durchquert man nicht weniger als 21 Klimazonen. In sechs Stunden auf dem Rad kann ich alles erleben, vom tropischen Palmengebiet bis zu Schneefeldern auf einem der Vulkane. Die Landschaft ist umwerfend.

Sie gewannen den Ironman sechsmal. Sind Sie reich geworden?

Ja, aber an Erfahrungen, nicht materiell. Beim ersten Sieg gewann ich 20 000 Dollar. Das fand ich damals grossartig. Bei meinem letzten Erfolg waren es bereits 100 000 Dollar. Davon muss man in den USA aber die Steuern abziehen, also schon mal 20 Prozent. Wäre ich im Tennis oder Golf erfolgreich gewesen, hätte ich sicher mehr verdient.

Trotzdem sind Sie zufrieden.

Ich durfte an wunderschöne Orte reisen und habe viele Menschen und Kulturen kennengelernt. Und ich bin dabei trotz der Unfälle gesund, fit und vital geblieben.

Die Queen des Triathlon

Natascha Badmann (49) ist eine Frohnatur. Das war nicht immer so. In ihrer Biografie «Neun Stunden zum Ruhm – die Queen des Triathlon» steht, sie sei ein «ungelenkes, moppeliges und depressives Kind» gewesen.

Mit 17 wird sie Mutter. Ihr Partner Toni Hasler bringt sie schliesslich zum Triathlon. Der Rest ist eine Erfolgsgeschichte: Badmann gewinnt sechs Mal die Ironman-WM in Hawaii.

1998 und 2002 wird sie Schweizer Sportlerin des Jahres.



Text: Thomas Meier
Foto: Georg Wallner
Veröffentlicht: Montag 03.10.2016, 15:30 Uhr