

Die Schweizer Olympia-Medaillengewinnerinnen seit den Spielen 2000 in Sydney

2012 – Nicola Spirig



In einem unvergesslichen Foto-Finish gewinnt Spirig bei ihrer dritten Olympiateilnahme Triathlon-Gold

2004 und 2008 – Karin Thüring



Die Langdistanz-Triathletin muss für Olympia umsteigen: In Athen und Peking holt sie Bronze im Zeitfahren

2000 – Brigitte McMahon



Bei der Premiere des Triathlons in Sydney erkämpft sich McMahon Gold. 2005 wird sie positiv auf Epo getestet

2000 – Hablützel-Bürki / Team



Die Fechterin gewinnt sowohl im Einzel als auch mit dem Team Silber (mit Diana Romagnoli und Sophie Lamon)

2000 – Barbara Blatter



Die Ostschweizer Mountainbikerin ist im Hoch: Sie fährt in Sydney zu Silber und gewinnt auch den Weltcup

2000 – Magali Messmer



Die Romande krönt die Schweizer Bilanz bei der Triathlon-Premiere: Gold für McMahon, Bronze für sie

Angekündigt, abgeliefert

Favoritin Gwen Jorgensen ist zu stark für Nicola Spirig

Rio de Janeiro 110 Minuten lang hatten sich die beiden Seite an Seite bewegt. Waren 1,5 Kilometer in der Bucht der Copacabana geschwommen, 40 Kilometer auf dem Rad gefahren, den Hügel hoch und runter, acht Mal. Dann waren sie auf der Laufstrecke entlang dieses weltberühmten Strandes vom ersten Meter der 10 Kilometer an allen anderen davongelaufen. Gwen Jorgensen voraus, Nicola Spirig direkt dahinter. Nach einer von vier Runden war klar: Die ersten zwei Plätze würden diese beiden Athletinnen unter sich ausmachen.

Sie dominierten so klar, dass ihnen Zeit für Spielchen blieb. «Lauf du voraus!» – «Nein, du!» – «Nein, du!» Worauf Nicola Spirig ihre letzte Trumpfkarte in diesem Psychospielchen zückte: «Ich habe schon Olympiagold, ich muss nicht zulaufen!»

Allerdings machte die Provokation die Amerikanerin nicht nervös, sondern war die Initialzündung für deren Tempoverschärfung. Spirig war gegen die stärkste Läuferin im Feld zu keiner Reaktion mehr fähig, lief aber souverän als Zweite ins Ziel und jubelte über diese Leistung.

So sehr Spirig sich vor London 2012 auf die Spiele fokussiert hatte, so sehr hatte ihr das die vier Jahre jüngere Jorgensen Richtung Rio gleichgetan. Die 30-Jährige hatte schon 2012 angekündigt, in Brasilien komme für sie nur Gold infrage. «Dass ich das vier Jahre später an diesem Tag umsetzen konnte, darauf bin ich stolz.»

Spirig nun mit Wildcard zur Ironman-WM auf Hawaii?

Spirig und ihr Trainer Brett Sutton wirkten im Ziel ebenfalls zufrieden. «Die Art und Weise, wie sie diese Silbermedaille gewonnen hat, macht mich viel stolzer, als wenn sie nur auf den Lauf gewartet und da auf Rang 2 vorgelaufen wäre», sagte der Australier.

Spirig war viel besser geschwommen, als Sutton das erwartet hatte, und mit der Spitzengruppe aus dem Wasser gestiegen. Auf dem Velo übernahm sie dann sogleich die Initiative. Tatsächlich schien die 18-köpfige Spitzengruppe mehrfach kurz davor, auseinanderzubrechen. Deshalb riet Sutton vom Streckenrand seiner Athletin, weiter Druck zu machen. Genau dafür, dieses konsequente Fahren vorne im Wind, hatten die beiden ja in den vergangenen Monaten trainiert.

Von ihrer bestechenden Form will Spirig auch in den kommenden Monaten noch profitieren. Sie mochte sich gestern zwar noch nicht dazu äussern, dachte nur an die paar Ferientage mit der Familie, die sie vor der Heimreise noch geniessen wird. Aber hinter den Kulissen laufen seit längerem Gespräche mit der Ironman-Organisation. Stattet diese Spirig mit einer Wildcard für die WM auf Hawaii aus, überlegt sie sich einen Start.

Emil Bischofberger

«Grösseres Glück als beim Gold in London»

Mit dem Silberrennen schaffte Nicola Spirig etwas, worüber sie selber staunen kann



Silbergewinn in drei Akten: Der Sprint ins Meer, die Führungsarbeit von Nicola Spirig auf dem Rad und der ausgelassene Jubel mit Gwen Jorgensen und Vicky Holland

Aufgezeichnet: Jörg Greb

Nicola Spirig, Sie überquerten die Ziellinie an der Copacabana mit hoherhobenem Arm in Siegerpose – obwohl Sie die Titelverteidigung verpassten und Sie Gwen Jorgensen auf den letzten zwei Kilometern ziehen lassen mussten. Wie erklären Sie das?

Ich wollte immer mein bestmögliches Rennen zeigen an diesem Tag X. Das ist mir gelungen. Darauf bin ich stolz. Ich empfinde grösseres Glück als beim Goldgewinn in London. Ich bin sehr, sehr zufrieden. Ich habe hier sicher Silber gewonnen und nicht Gold verloren. Ich habe an diesem Tag alles richtig gemacht, aber Gwen war heute besser. Sie hat die Goldmedaille verdient.

Sie sprechen vom Glücksgefühl – was macht es aus?

Vier Jahre sind eine lange Zeit. Die Heirat, die Geburt von Yannis, der Hauskauf – das sind Stichworte. Auch als Sportlerin habe ich viel durchlebt. Das Training während der Schwangerschaft, die Rückkehr zum Leistungssport, das ungewöhnliche Setzen von Schwerpunkten im Laufbereich mit dem Super-Höhepunkt Leichtathletik-EM 2014 in Zürich (Spirig lief den Marathon, die Red.). Und zuletzt der einschneidende Sturz mit dem komplizierten Handbruch in diesem März.

Diesen hatten Sie nicht im Plan, es folgte die Ungewissheit, alles wurde höchst anspruchsvoll und komplex.

Richtig, und dieser Weg, wie wir ihn gingen, die Familie, Coach Brett Sutton, ich, der macht mich stolz. Dieses Gefühl war schon vor der Abreise nach Rio immer stärker ins Zentrum gerückt. Ich bin stolz, wie wir der Ungewissheit begegneten, was wir mit mutigem Denken, Handeln und Überlegen jenseits des Bewährten erreichten. Das fing ja sofort nach dem Sturz an. Etwa damit, dass ich zurück in die Schweiz wollte in die Hände von medizinischen Spezialisten. Stolz macht mich auch, wie ich in jenen schwierigen Tagen den Fokus behielt. Etwa als ich dem Spezialarzt nach dem Einsetzen der drei Metallplatten und 23 Schrauben auf die Anordnung von vier Wochen Ruhe sagte, das sei keine Option, er solle sich bitte eine Alternative überlegen.

Sie bereiteten sich sehr spezifisch auf den Olympia-Kurs vor. Wie wichtig war das?

Sehr wichtig, nicht zuletzt, weil so das Vertrauen wuchs. Ich denke an die Auseinandersetzung mit dem Start am Strand und dem Schwimmen im Meer, an die spezifischen Bergintervalle mit dem Velo in St. Moritz oder an die knallharten Bahneinheiten in ermüdetem Zustand.

Zurück zum Rennen: Wann realisierten Sie, dass Sie Gold abschreiben müssen?

Ich spürte auf der Laufstrecke, welchen Aufwand ich leisten muss, um die Pace von Jorgensen mitzugehen. Aber auf ein hartes Laufen am Limit war ich vorbereitet und eingestellt. Ich glaubte stets an meine Chance, und so übernahm auch ich Führungsarbeit. Das war ein Zeichen von Stärke. Mit dem Verlagern des Zweikampfs auf die mentale, psychologische Ebene versuchte ich, eine weitere Komponente hineinzubringen. Unser Vorsprung auf die nächsten Verfolgerinnen war genügend gross. Der Rhythmus fiel zusammen. Ich sagte zu ihr: Führ du, ich habe schon Olympia-Gold, als wir in den Gegenwind drehten. Als sie dann knapp zwei Kilometer vor dem Ziel resolut angriff, konnte ich nicht mehr kontern.

Wie erlebten Sie das Rennen zuvor?

Im Schwimmen hat sich bezahlt gemacht, wie viel ich investiert hatte. Ich schwamm Einheiten bis zu 8 km, umfänge, über die reine Schwimmer staunen. Ich habe den Stil auf die rauen Bedingungen im Meer angepasst. Jetzt kam ich mit der Spitzengruppe aus dem Wasser, und all die Szenarien mit einer hochkarätigen Spitzengruppe, die auf dem Velo von allem Anfang an aufs Tempo drückt, konnte ich wegschieben. Für mich war es der ideale Auftakt.

Ging es perfekt weiter?

Nicht wirklich. Ich war auf dem Velo wohl zu stark. (lacht) Ich hatte zwei vorrangige Absichten: die Widersacherinnen zu ermüden und die Spitzengruppe zu dezimieren. Mit sehr offensivem, mir entsprechendem Fahren versuchte ich, dies umzusetzen. Ich erhoffte mir, dass die eine oder andere starke Velofahrerin mitziehen und mich unterstützen würde. Das war allerdings nicht der Fall. Keine Option sah ich darin, es alleine zu versuchen. Alle müde gemacht habe ich aber.

War es für Sie die bestmögliche Leistung an diesem Tag?

Ja, die Leistung war gut, war sicher besser als jene in London vor vier Jahren. Sie ist die Bestätigung dafür, wie gut sich die Reize und Schwerpunkte ausgewirkt haben, die wir wegen der Verletzung situativ und zum Teil sehr spontan setzen mussten. Die Mischung aus über Jahre Erprobtem und kurzfristig Angedachtem hat gepasst.

Wie geht es nun weiter?

Die Konzentration galt diesem Tag und diesem Rennen. Dem, was nun folgt, widmeten wir uns nicht. Diese Frage wird in den nächsten Wochen zu diskutieren geben.

Die Olympia-Triathletin Nicola Spirig dürfte es aber nicht mehr geben?

Kaum.