

Die Triathletin Nicola Spirig wurde im Mai zum zweiten Mal Mutter – und trainiert schon wieder dreimal täglich. Sie will zurück an die Weltspitze. Es geht auch um Gleichberechtigung. **Von Sebastian Bräuer**

# Mami gibt Gas

**D**ie Nacht war wieder einmal viel zu früh vorbei, schon um 3 Uhr 30 hatte Töchterchen Malea Hunger. Nach dem Stillen folgte die übliche Frage, ob es sich lohnt, nochmals zu schlafen. Es lohnte sich nicht. Denn bereits um 6 Uhr würde der Wecker klingeln.

Ganz normaler Alltag junger Eltern, einerseits. Aber in diesem Fall sind die Umstände alles andere als normal. Nicola Spirig hat den Anspruch, dreimal täglich auf höchstem Niveau zu trainieren. Sie will, nach Maleas Geburt am 20. Mai, so schnell wie möglich wieder den Anschluss an die Weltspitze schaffen. Die 35-Jährige möchte beweisen, dass es möglich ist, als zweifache Mutter in einer trainingsintensiven Sportart besser zu sein als sämtliche 25-Jährigen ohne Kind.

Es ist ein täglicher Kampf. Um 6 Uhr 30 begann an diesem Dienstag ein Schwimmtraining, das 140 Minuten dauern sollte und Spirig alles abverlangte. Die Einheiten im Hallenbad sind oft besonders hart, weil Spirigs Trainer Brett Sutton die Meinung vertritt, seine Athleten sollten sich die Ausdauer für den Velo- und den Laufsplit teilweise im Wasser antrainieren. Das bedeutet: Spirig reiht endlos scheinende Intervallserien im 50-Meter-Becken aneinander, manchmal mit einem Thera-Band als Fussfessel, manchmal mit Paddles an den Händen. Während zu Hause der vierjährige Sohn Yannis aufsteht und seine kleine Schwester Malea auf die nächste Mahlzeit wartet.

Als Spirig nach einem kurzen Abstecher zur Familie zum Medientermin erscheint, wirkt sie keineswegs übermüdet. «Ich bin überrascht, wie gut es läuft», sagt sie, und meint nicht nur die Trainingsfortschritte, sondern auch den Balanceakt zwischen Sport und Familie. Yannis gehe gerne in den Kindergarten. Vor ein paar Tagen habe er sogar in kindlichem Übermut verkündet, er schaffe den Weg ab jetzt allein. Und Tochter Malea verhalte sich einfacher als der grosse Bruder in seinen ersten Lebensmonaten. Sie nehme manchmal bereits den Schoppen. Bald dürfte es möglich sein, dass Spirig zeitweise in St. Moritz trainiert, wo Coach Sutton eine hochkarätige Athletengruppe versammelt, während sich Ehemann Reto Hug in Bachenbülach um die Kinder kümmert. Spirig betont: «Wir sind alle happy.»

Sie sagt das, als wisse sie, dass es Personen geben könnte, die ihre rasche Rückkehr in den Spitzensport für egoistisch halten. Aber warum eigentlich? Sind den Kritikern womöglich arbeitende Mütter immer noch generell suspekt? Hätte ein männlicher Spitzensportler, der als Vater uneingeschränkt weitertrainiert, mit den gleichen Bedenken zu kämpfen?

Sicher nicht, was beweist, dass Spirig auch um ein Stück Gleichberechtigung kämpft. Sie

## Nicola Spirig

**Die 35 Jahre alte Triathletin blickt auf eine lange, erfolgreiche Karriere zurück. Bereits als Juniorin gehörte Nicola Spirig zur Weltspitze. Ihr bisher grösster Erfolg war der Olympiasieg 2012 in London. Vier Jahre später wurde Spirig in Rio Zweite. An den nächsten Sommerspielen 2020 in Tokio möchte sie erneut antreten. Spirig ist mit dem ehemaligen Triathleten Reto Hug verheiratet. Das Paar hat zwei Kinder: Sohn Yannis wurde 2013 geboren, Tochter Malea vor drei Monaten. Die Familie wohnt in Bachenbülach (ZH). Spirig trainiert jedoch häufig in St. Moritz im Engadin.**



**Erfolg als Familienangelegenheit: Nicola Spirig feiert Olympiasilber mit Sohn Yannis und Ehemann Reto Hug.** (Rio de Janeiro, 21. 8. 2016)

wird vom Ehrgeiz angetrieben, ihre Ausnahmekarriere zu krönen. Spirig will 2020 in Tokio, mit dann immerhin 38 Jahren, noch einmal um eine Olympiamedaille kämpfen. Es wären ihre fünften Spiele. 2012 hat sie in London Gold gewonnen, 2016 in Rio Silber.

Wegen des grossen langfristigen Ziels war Spirig schon Mitte Juni, einen knappen Monat nach Maleas Geburt, erstmals wieder in St. Moritz. Sie will keine Zeit verlieren. Sofort machte sie sich daran, an der Laufgeschwindigkeit zu arbeiten, was mit zunehmendem Alter immer wichtiger wird. Im August verbesserte die Triathletin ihre 800-Meter-Bestzeit aus Juniorenzeiten auf 2:18 Minuten. Im letzten Olympiazzyklus machte sie Abstecher auf Überdistanzen. Spirig startete am EM-Marathon in Zürich und gewann einen Ironman. Jetzt stehen eher Ausflüge auf kürzere Strecken an.

Einzelne Spitzen-Triathletinnen bekamen zwischen den Spielen 2012 und 2016, nach

Spirig, ebenfalls Nachwuchs: Die Amerikanerin Beth Gerdes, zweifache Ironman-Siegerin, und die Deutsche Svenja Bazlen, die mit Spirig in London am Start war.

Aber erst nachdem die Bülacherin 2016 ihre zweite olympische Medaille gewonnen hatte, kam es zu einem regelrechten Babyboom. Als hätte noch ein letzter Nachweis gefehlt, dass es möglich ist, während der Karriere Mutter zu werden und anschliessend mindestens so stark zurückzukehren. In den vergangenen Tagen brachten drei der weltbesten Vertreterinnen des Sports ihr erstes Kind zur Welt: Gwen Jorgensen, die in Rio als einzige Athletin schneller war als Spirig. Mirinda Carfrae, dreifache Ironman-Weltmeisterin. Und Helen Jenkins, zweifache Kurzdistanz-Weltmeisterin.

Weitere prominente Triathletinnen sind schwanger. Jodie Cunnama, geborene Swallow, Halbdistanz-Weltmeisterin 2010, erwartet im November ihr erstes Kind. Und die in

**Hätte ein männlicher Spitzensportler, der als Vater uneingeschränkt weiter trainiert, mit den gleichen Bedenken zu kämpfen?**

Australien lebende Schweizerin Caroline Steffen wird im Dezember Mutter.

An diesem Sonntag startet Spirig an einem Triathlon in Locarno. Sie ist mit ihrem Mann und beiden Kindern am Vortag per Zug ins Tessin gereist. «Ein richtiger Familienausflug», sagt sie. Erst kurz vor dem Start wird der absolute Fokus aufs Rennen möglich sein. Die Konkurrenz wird genau beobachten, wie gut sie den Balanceakt bewältigt – und sie nicht nur aus sportlichen Gründen bewundern.

## Die Sportwoche Von Benjamin Steffen

# Von richtigen und anderen Doppelbürgern

Am vergangenen Freitag: ein TV-Interview mit dem Tessiner Bundesratskandidaten **Ignazio Cassis**. Der Reporter fragt, was er noch mache, um die Parlamentarier bis zur Wahl am 20. September von sich zu überzeugen, Cassis sagt: «Das Gleiche wie bis anhin: mich selber sein und Tag für Tag weiterleben mit den Anfragen der Medien.»

Am Donnerstag: ein Zeitungsinterview mit dem Basler Fussballer **Xherdan Shaqiri**. Der Reporter fragt, ob ihn seine Popularität erstaune, Shaqiri sagt: «Manchmal. Natürlich freut es mich, dass mich die Leute mögen. Ich versuche einfach, mich selbst zu sein.»

Politiker wie Fussballer wollen sich selber sein. Aber wie geht das? Denn wer sind sie?

Cassis kam 1961 im Tessin zur Welt, mit der italienischen Staatsbürgerschaft seines Vaters. Später liess er sich in der Schweiz einbürgern, 1987 erlangte er das eidgenössische Diplom der Humanmedizin an der Universität Zürich, 2007: Wahl zum Nationalrat.



**Er kann fürwahr Kosovo lieben und für die Schweiz leiden: Xherdan Shaqiri in der WM-Qualifikation gegen Andorra.** (St. Gallen, 31. August 2017)

Shaqiri kam 1991 in Kosovo zur Welt, bald emigrierte die Familie. Später liess er sich in der Schweiz einbürgern, 2009 erlangte er einen Profivertrag im FC Basel, 2010: Debüt als Nationalspieler.

Doch wer ist er? Was musste sich Shaqiri in den vergangenen Jahren für die Herkunft rechtfertigen, ewige Treue schwören, manch anderer Nationalspieler ebenso, es gab Debatten über einen Balkangraben, richtige und andere Schweizer. Die Schweizer Auswahl traf mehrmals auf Albanien, Freunde gegen Freunde, **Xhaka gegen Xhaka**, Fragen über Fragen. Die Schweiz siegte, und die Leute stellten befriedigt fest, dass Shaqiri fürwahr Kosovo zu lieben und für die Schweiz zu leiden versteht. Als am Donnerstag elf tropfnasse Schweizer gegen Andorra spielten, hätte er für den Sieg sein letztes trockenes rotes Hemd gegeben, bestimmt.

Cassis hat im Zuge der Bundesratskandidatur den italienischen Pass abgegeben. Aber

was wird aus Schweizern, wenn sie nicht mehr Italiener sind? Ist Cassis jetzt anders, wenn er sich selber ist? Im Gegensatz zu anderen Nationalspielern hat Shaqiri nur den Schweizer Pass – wäre er mit einem zweiten Pass ein schlechterer Nationalspieler? Gewinne die Schweiz gegen Andorra nur 2:0 statt 3:0? Und wäre **Vladimir Petkovic** ein anderer Nationaltrainer, wenn er nicht kroatisch-schweizerischer Doppelbürger wäre? Manchmal wird der Sport stärker politisiert als die Politik.

Petkovic sagte im März einem Reporter: «Ich will stets mich selbst sein.» Auch er.

Cassis sagte zu seiner Passabgabe: «Für mich ist klar: Wenn jemand Mitglied unserer Landesregierung ist, dürfen keine Zweifel an seiner Loyalität zur Schweiz entstehen.»

Bei Doppelbürgern können also Zweifel an ihrer Loyalität zur Schweiz entstehen.

Die Fussball-Auswahl hatte jahrelang dafür gekämpft, uns zu lehren, dass es nicht so ist.