

Sport



Nicola Spirig wird durch den Ironman Geld für die eigene Stiftung erhalten und ihren Kids Cup ausbauen können. Foto: Alexandra Wey (Keystone)

Spirigs irrwitziges Rekordprojekt

Ein Ironman auf Netflix Tokio sind ihre fünften Olympischen Spiele, doch die Triathletin denkt schon weiter: 2022 bestreitet sie einen Ironman, der unter acht Stunden enden soll – auch der Streaming-Riese ist dabei.

Monica Schneider

Drussen ist Tiefwinterwetter, drinnen regiert der Durchhaltewillen. Triathlon-Olympiasiegerin Nicola Spirig schwitzt auf dem Laufband, von der Grundlage, die sie sich jetzt erarbeitet, wird sie im Sommer profitieren. Dann wird die Gold- und Silbergewinnerin von 2012 beziehungsweise 2016 an ihren fünften Olympischen Spielen starten. Ob der Grossanlass in Tokio allerdings stattfinden wird, weiss niemand mit Bestimmtheit. Doch Spirig hält sich nicht mit dieser Unwägbarkeit auf, sie hat im vergangenen Jahr wie alle Spitzensportler gelernt, mit der Ungewissheit umzugehen und flexibel zu bleiben. Die 38-jährige trainiert auf dieses Ziel hin – hat aber bereits auch die Zukunft im Kopf. Und da geht es um mehr als um ihre Karriere.

— **Spirig wechselt (kurz) auf die Ironman-Distanz**

Die Zürcher Unterländerin bleibt dem Triathlon mindestens neun Monate über die Olympischen Spiele hinaus erhalten – in einem irrwitzig anmutenden Vorhaben: Im «Sub 8»-Projekt sollen im Frühling 2022 zwei Frauen versuchen, den Ironman über 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und 42,195 km Laufen in unter acht Stunden zu schaffen. Parallel dazu werden sich zwei Männer aufmachen, dasselbe in weniger als sieben Stunden zu erreichen.

Auf den ersten Blick scheinen «Sub 8» und «Sub 7» unmöglich,

bei den Frauen hält Chrissie Wellington (GBR) mit 8:18 Stunden die Bestzeit, bei den Männern ist Jan Frodeno (GER) in 7:35 Stunden der Schnellste. «Das sind Welten», sagt Spirig.

«Vor rund einem Jahr hat mich Chris McCormack über diese Pläne informiert», sagt sie. Und er habe sich gewünscht, dass sie eine der zwei Athletinnen sei. Der zweifache Hawaii-Sieger McCormack gründete vor einigen Jahren in Australien eine dreitägige Triathlonveranstaltung und ist Manager eines Teams. Er will ein Rennen organisieren, das sich am «Breaking 2»-Projekt des Sportartikelgiganten Nike orientiert, bei dem Weltrekordhalter Eliud Kipchoge 2017 in Monza den Marathon quasi unter Laborbedingungen unter zwei Stunden hätte laufen sollen.

«Je länger ich über das Rennen nachdachte, desto interessanter fand ich es», sagt Spirig. Sie sagte zu – nicht nur aus sportlichen Gründen.

— **Durch die Teilnahme will sie Geld sammeln**

In Tokio wird Spirig ihren letzten Wettkampf über die olympische Distanz bestreiten (1,5 km/40 km/10 km), um sich danach vermehrt um ihre Stiftung und ihren eigenen Kids Cup kümmern zu können. Dieser wird von ihrem Ehemann Reto Hug organisiert und durchgeführt.

Im Rahmen des «Sub 8»-Projekts ist Spirig nun Botschafterin der weltweit tätigen Pho3nix-Stiftung geworden, die sich für Chancengleichheit bei

Kindern einsetzt und sie zu mehr Sport animiert.

Initiiert wurde die Stiftung vom polnischen Milliardär Sebastian Kulczyk (40), dessen verstorbener Vater als reichster Pole galt und dessen Mutter 2017 in Susch GR das Muzeum Susch erbauen liess. Kulczyk, der aus einer nicht sportlichen Familie stammt, bestritt im vergangenen Jahr in Neuseeland einen Half-Ironman und soll es als Inspiration empfunden haben.

Geplant ist eine engere Zusammenarbeit zwischen seiner und Spirigs Stiftung, die Kids-Serien sollen weltweit ausgebaut werden. «Das Ziel des Ironman ist, Geld zu sammeln für die Pho3nix-Stiftung. Ich erhalte keine riesige Gage, doch das Rennen garantiert Reto und mir, dass wir über meine Karriere hinaus die eigene Stiftung und den Cup weiterführen können – auch

«Das Rennen garantiert meinem Mann und mir, dass wir die Stiftung über meine Karriere hinaus weiterführen können.»

wenn meine Sponsoren nicht mehr dabei sind», sagt Spirig.

— **Wo findet das Rennen statt und wie realistisch ist es?**

Organisator McCormack und Geldgeber Kulczyk sind auf der Suche nach dem geeigneten Austragungsort. «Der Ironman wird im April und wenn möglich in Europa stattfinden, Temperatur, Windverhältnisse, das Gewässer, alles sollte optimal stimmen», sagt Spirig. Wie beim Marathon-Versuch wird jede Athletin und jeder Athlet in allen Disziplinen über Pacemaker verfügen. Windschattenfahren ist folglich erlaubt.

«Es ist ein extrem ambitioniertes Unterfangen», sagt Spirig, die schon erste Gespräche mit möglichen Tempomachern geführt hat. Im Schutz der Pacemaker allerdings lässt sich im Wasser und vor allem auf dem Rad viel Kraft (und Zeit) sparen, die einem zuletzt im Marathon zugutekommt.

Wunsch des Organizers war es, je einen Kurz- und Langdistanz-Athleten starten zu lassen. Neben Spirig wird das Lucy Charles-Barclay (GBR) sein, die auf Hawaii schon dreimal WM-Zweite wurde und etliche andere Ironman gewann. Bei den Männern treten Olympiasieger Alistair Brownlee (GBR) und Kristian Blummenfelt an. Der Norweger hält die Weltbestzeit auf der halben Ironman-Distanz, hat aber noch keine Erfahrung auf der ganzen.

— **Was bedeutet das trainingsmässig für Spirig?**

«Es wird eine Riesenherausforderung», sagt sie, aber es werde eine relativ kurze, absehbare Vorbereitungszeit. Nach Olympia wird sie sich eine Pause gönnen, die sie vor allem mental nötig haben wird. Ihr Trainer Brett Sutton hält es für möglich, in einem halben Jahr in die nötige Form zu kommen, zumal die Intensität auf der Langdistanz kleiner ist.

«Ich werde sehr viel mehr Rad fahren im Training und meine Muskulatur so vorbereiten, dass ich am Ende noch einen Marathon laufen kann.» Spirig bestritt 2014 in Mexiko ihren ersten und bisher einzigen Ironman (9:14 Stunden). Im Marathon jedoch ist sie erfahren, an der Leichtathletik-EM 2014 in Zürich lief sie die 42,195 km als Triathletin in hervorragenden 2:37 Stunden.

— **Kameras begleiten Vorbereitung und Rennen**

Spirig fürchtet sich nicht vor einer Blamage, sollte sie es nicht schaffen oder gar aufgeben müssen. «Uns geht es darum, die Menschen zu Dingen zu animieren, die auf den ersten Blick unmöglich erscheinen, das können ganz kleine Herausforderungen im Alltag sein. Manchmal gelangen sie, manchmal nicht», sagt sie. Und um nicht nur ein Rennen für Triathlon-Insider zu veranstalten, sondern eben «die Menschen» zu erreichen und zu animieren, werden die Athleten sowohl in der Vorbereitung als auch im Rennen von Kameras begleitet. Die Doku wird dann auf Netflix zu sehen sein.

SCB-Mitbesitzer Josi kritisiert die Ligareform

National League Nashvilles Captain stärkt die Interessen der Spielervereinigung – und schwächt damit die Position «seines» SC Bern.

Roman Josi Wort hat Gewicht. Im vergangenen Jahr wurde er zum besten Verteidiger in der National Hockey League gewählt. Vor einer Woche löste er mit seinem 450. Skorerpunkt seinen Freund Mark Streit als erfolgreichsten Schweizer NHL-Skorer ab. Entsprechend viel Beachtung finden derzeit Josis Worte zur geplanten Ligareform der National League. Er äussert sich in einem Video der Spielervereinigung Sihpu kritisch zu den Plänen, die Zahl der spielberechtigten Ausländer zu erhöhen. «Das ist gar keine gute Idee. Fürs Schweizer Eishockey ist es extrem wichtig, dass wir unsere jungen Spieler fördern», sagt der Nashville-Verteidiger. «Die Erfolge des Nationalteams hatten sehr viel zu tun mit Jugendförderung. Mit zehn Ausländern würde es für die Schweizer Spieler sehr schwierig, eine grössere Rolle einzunehmen.»

Josi durchlief beim SC Bern sämtliche Nachwuchsstufen, erhielt mit 16 Jahren bereits Auslauf in der ersten Mannschaft, war mit 19 ein Eckpfeiler des Meisterteams 2009/10. «Hätte es zehn Ausländer im Team gehabt, ich hätte mich nicht so schnell entwickeln können», sagt Josi.

Marc Lüthi: «Das ist seine Meinung»

Mit seinen Aussagen stützt Josi die Meinung der Spielervereinigung. Entsprechend fleissig wird die Videobotschaft seit Montagabend von den Spielern auf ihren Social-Media-Kanälen geteilt und verbreitet.

Pikant ist: Der Starverteidiger stellt sich mit seinen Worten gegen die Absichten des SCB, wo er Aktionär und Mitbesitzer ist und sich im Verwaltungsrat durch seinen Vater Peter Josi vertreten lässt. Bekanntlich ist SCB-Geschäftsführer Marc Lüthi ein Treiber der Ligareformen. Was Lüthi zum Josi-Video sagt? «Das ist seine Meinung, die kann ich nicht beeinflussen. Aber er spricht von zehn Ausländern. Es ist weder unser Ziel noch beschlossene Sache, zehn Ausländer einzusetzen.»

Reto Kirchhofer

Bolschunow entschuldigt sich

Langlauf Alexander Bolschunow hat sich für seinen Bodycheck beim Weltcup im finnischen Lahhti entschuldigt. «Im Namen des russischen Skiverbandes entschuldigen sich Alexander Bolschunow und Präsidentin Jelena Wälbe für die Reaktion während des Staffeltwettbewerbs», hiess es in einer vom Weltverband FIS veröffentlichten Mitteilung. Der Verband habe ein «offizielles Entschuldigungsschreiben» an die Finnen geschickt.

Der 24-Jährige hatte am Sonntag nach einem umkämpften Schlusssprint, bei dem ihm sein Rivale Joni Mäki auf der Zielgeraden keinen Platz liess, wütend reagiert. Er schlug zunächst mit Faust und Stock in Richtung des Finnen und streckte diesen im Zielraum zudem in vollem Tempo per Bodycheck nieder. (dpa)