

Nicola Spirig über ihre Familien-Zukunft

«Hoffe, dass meine Kinder nicht Triathleten werden»

Nicola Spirig wird Ende Saison ihre 25-jährige Karriere beenden. Die 40-Jährige freut sich nun auf mehr Zeit zu Hause, spricht über die Zukunft ihrer Familie und blickt auf ihre beeindruckende Zeit als Weltklasse-Triathletin zurück.

SVEN MICOSSÉ

Blick Nicola Spirig, bisher hat sich Ihr Ehemann Reto meist um die Familie gekümmert. Ändert sich nach dem Rücktritt die Rollenverteilung innerhalb der Familie?

Nicola Spirig: Das wird sicher Zeit brauchen, bis sich das eingespült hat, und die wollen wir uns auch lassen. Reto führt auch unsere Kinderserie, das heisst, dass er nicht zu 100 Prozent zu Hause ist.

Wir müssen schauen, was für uns als Familie ideal ist, wer wie viel daheim bleibt und wer wie viel arbeitet.

Wer von Ihren drei Kindern wird die nächste Nicola Spirig?

Mein Mann und ich hoffen, dass aus unseren Kindern keine Triathleten werden. Aus einem einfachen Grund: Wenn die Eltern so erfolgreich waren, kann mein Kind nur gleich gut werden wie die Mutter, wenn es Olympiasieger wird. Das ist nicht so toll. Der Druck und die Erwartung müssen sie von uns aus nicht haben. Wir hoffen, dass sie eine andere Sportart finden, die sie toll finden.

Sehen Sie sich als Vorbild für Frauen, die Karriere und Kinder unter einen Hut bekommen möchten?

Ich sehe mich als Inspiration für Leute, die das möchten. Jede Mutter muss für sich entscheiden, ob und wie viel sie arbeiten möchte. In dem Sinn bin ich vielleicht ein Vorbild, dass ich zeige, dass es möglich ist. Aber man braucht wirklich ein gutes Umfeld.



In Tokio erlebte Nicola Spirig im letzten Sommer ihre fünften Olympischen Spiele.

Wer sind die Schlüsselfiguren, die eine solche Karriere ermöglicht haben und für die Sie tiefe Dankbarkeit verspüren?

Die offensichtlichste Figur ist Reto, der meine Karriere extrem verlängert hat. Ohne ihn wäre es nicht möglich gewesen, mit einer Familie diese weiterzuführen. Meine Eltern besonders im frühen Stadium meiner Karriere, als mein Vater mein Coach und meine Mutter meine Managerin waren. Aber auch jetzt noch, sie hüten die Kinder, kommen immer noch an die Wettkämpfe mit. Meine Sponsoren, die mich unterstützt haben, ob ich verletzt oder schwanger war. Da gibt es ganz viele Leute.

Wie erklären Sie sich diese unglaublichen 25 Jahre?

Einerseits ist es das Team rundherum. Andererseits ist es möglich, weil ich es wirklich gern mache und mein Hobby zum Beruf machen durfte. Neben dem Sport habe ich Familie, eine Stiftung, eine Kinderserie, ein Jus-Studium gemacht. Mein Leben mit ganz vielen Sachen zu bestücken, die mir Spass machen, hat dazu geführt, dass

ich sehr zufrieden gewesen bin und es so lang machen konnte. **An welche Karriere-Momente erinnern Sie sich besonders?** Das ist und bleibt der Olympiasieg. Einfach, weil es etwas Unglaubliches ist, Olympiasiegerin zu werden, auf dem Podest stehen und zu wissen: «An dem Tag bist du die Schnellste der Welt.» Das ist Wahnsinn. Und auch,

«Silber in Rio war fast noch emotionaler.»

weil es so extrem knapp gewesen ist in London. Viele Fans kommen heute noch und erzählen mir, wie sie das erlebt haben, als ich damals über die Ziellinie gesprintet bin. Das ist extrem eindrücklich – für mich und auch für sehr viele rundherum. Fast noch emotionaler war aber die Silbermedaille vier Jahre später in Rio. Dort war ich bereits Mutter, und Yannis und Reto haben mit meinem Vater zugeschaut. Das war für mich ein sehr spezieller Moment.



Spirig und Ehemann Reto Hug mit den Söhnen Yannis (hinten) und Alexis (auf dem Arm) sowie Tochter Malea.

Ironman in unter acht Stunden Spirigs letztes grosses Projekt ist riesig

3,86 km Schwimmen, 180,2 km Velofahren und 42,195 km Laufen – über diese Distanzen wird ein Ironman-Rennen absolviert. Den Athletinnen und Athleten fordert es alles ab. Rund neun Stunden körperliche Extremleistung ist gefordert! **Im Juni will Nicola Spirig gemeinsam mit drei weiteren Triathleten die aktuellen Rekordmarken pulverisieren.**

«Sub8» heisst das Projekt – und das Ziel von Spirig ist es, den Ironman in unter acht Stunden zu absolvieren. Der aktuelle Weltrekord liegt bei 8:18,13 (siehe Box). Die zwei Männer wollen gar die Marke von sieben Stunden unterbieten. Ein allfälliger Rekord wäre aber von inoffizieller Natur. Denn das Rennen wird bei perfekten Bedingungen stattfinden, und zehn

Tempomacherinnen werden die Rekordtruppe unterstützen.

Seit Monaten hat die Olympiasiegerin von London die Trainingsleistung hochgefahren. Mit einem Unterschied: «Die Trainings sind länger, aber dafür mache ich nur noch zwei statt drei Einheiten – so gibt es mir etwas mehr Luft.» Doch sie musste im Februar einen Rückschlag hinnehmen. **Beim Velotraining stürzte sie und erlitt mehrere Rippenbrüche und eine Fraktur des Schlüsselbeins.**

«Das Projekt ist eine Riesenchallenge, und es ist jetzt noch schwieriger geworden mit dem Velo-Unfall und den Verletzungen. Es gibt aber nur den Weg



Spirig trainiert für das Ziel, einen Ironman unter acht Stunden zu absolvieren.

nach vorne, und wir machen das Beste daraus», so Spirig.

Neben dem «Sub8» in Klettwitz (De) ist das Jahresprogramm der 40-Jährigen noch nicht in Stein gemeisselt. Am Sonntag wird Spirig beim Zürich Marathon in die Saison starten.

SVEN MICOSSÉ

SCHNELLSTE «IRON WOMEN»

1. Chrissie Wellington (Gb)	8:18,13
2. Daniela Ryf (Sz)	8:22,04
3. Sara Svensk (Sd)	8:22,41
4. Lucy Charles-Barclay (Gb)	8:31,09
5. Gurutzte Frades Larralde (Sp)	8:31,13

Weltcup-Final in Leipzig Fuchs und Guerdat sind die Gejagten

Ihr Können ist bekannt: Sowohl Martin Fuchs als auch Steve Guerdat haben das Gespür fürs richtige Pferd in wichtigen Momenten. Darum sind die beiden Schweizer Springreiter immer Medaillen-Kandidaten bei Weltcup-Finals. Auch am Weltcup-Final in Leipzig (De) gehören sie zu den Gejagten.

Erstmals seit 2019 kann der Weltcup-Final wieder stattfinden, 2020 sowie 2021 musste coronabedingt abgesagt werden. So reist Guerdat als Titelverteidiger an. Der 39-Jährige hat sich für Wallach Victorio des Frotards entschieden, dessen Mitbesitzer er auch ist. Mit ihm gewann Guerdat vor zwei Jahren das Weltcup-Springen sowie den Grossen Preis des CSI Basel.

Fuchs ist als Weltmeister 3. der am besten klassierte Reiter

im Weltcup-Final. Die beiden starken Schweden, Leader Peder Fredricson und Henrik von Eckermann, haben sich nicht qualifiziert. Der Grund: Es fanden in dieser immer noch von Corona-Widrigkeiten geprägten Saison nur 6 von 13 Qualifikations-Turniere statt! Viele Top-Reiter wie zum Beispiel die Briten Ben Maher (Weltnr. 4) und Scott Brash (Nr. 10) sowie US-Reiter Kent Farrington (Nr. 8) fehlen. Weil ein Pferdewechsel in den drei Wertungsprüfungen möglich ist, entscheidet Fuchs zwischen Chaplin

und The Sinner. Der Weltcup-Final ist mit einem Preisgeld von insgesamt 1,3 Mio. Euro dotiert.

NICOLE VANDENBROUCK

PROGRAMM WELTCUP-FINAL

Donnerstag, 7. April: 1. Wertungsprüfung 14.35 Uhr (live auf SRF 2).

Freitag, 8. April: 2. Wertungsprüfung 14.00 Uhr (live auf SRF 2).

Sonntag, 10. April: Final, 2. Umgänge, ab 14.45 Uhr (live auf SRF 2).



Steve Guerdat sattelt in Leipzig den Wallach Victorio des Frotards.