

Eine Mission Impossible

Nicola Spirig will zum Abschluss ihrer Karriere als erste Frau einen Ironman in unter acht Stunden absolvieren. Doch die Vorbereitungen verlaufen nicht nach Wunsch: Ein Sturz, ein Lungenriss, ein hartnäckiger Husten und ein Männerverbot machen ihr das Leben schwer.

Simon Häring

Sie ist Olympiasiegerin, Olympiazweite, holte drei weitere Diplome, ist siebenfache Europameisterin, holte mehrere WM-Medaillen. Nicola Spirig hat den Schweizer Sport in den letzten zwei Jahrzehnten geprägt wie kaum eine andere Frau. Ende Jahr ist Schluss für die dreifache Mutter, die im Februar ihren 40. Geburtstag gefeiert hat. Ein letztes grosses Ziel hat die Zürcherin noch: Am 5. oder 6. Juni will sie als erste Frau einen Ironman (3,8 km Schwimmen, 180 km Rad, 42,195 km Laufen) in unter acht Stunden absolvieren.

Bei der Ankündigung des Projekts im Januar 2021 bezeichnete Spirig das Ansinnen als «Wahnsinn», sagte aber auch: «Die Botschaft ist: Versucht das Unmögliche.» Nun, sieben Wochen vor dem grossen Tag auf dem Lausitzring, ist die Lust auf die Herausforderung zwar immer noch gross, doch die Vorbereitungen sind nicht optimal verlaufen. Spirig gibt sich keinen Illusionen hin und sagt: «Es lief nicht gewünscht und wird extrem schwierig.» Eine Mission Impossible.

Gesundheit: Brüche, Loch in der Lunge und Corona

Spirig hätte Anfang März in ihre letzte Saison starten wollen. Doch Anfang Februar stürzte sie auf einer Trainingsfahrt, brach sich das Schlüsselbein und zwei Rippen, was eine Operation notwendig machte. Zudem erlitt sie einen Lungenriss. Die Folge: Sechs Wochen Einschränkungen, denn intensives Training und schwere Atmung hätten die Heilung verzögert. Dazu macht Spirig eine Plantarfasziitis am Fuss zu schaffen, eine Entzündung der Sehnenplatte. Anfang März fing sie sich eine Erkältung ein. Der Husten hält sich hartnäckig. Das ist deshalb ein Problem, weil die Rippen durch die Erschütterung weniger schnell heilten als erhofft. Vor dem Zürich-Marathon am 10. April unterzog sich Spirig EKG und Bluttest, um sicherzugehen, dass Lunge und Herz keinen Schaden genommen haben.



Für den angestrebten Rekord müssen bei Nicola Spirig die kleinsten Details zusammenpassen. Bild: Alexandra Wey/Keystone (Zürich, 10. Juni 2020)

Schon vor dem Trainingssturz war der Zeithorizont für den Wechsel von der olympischen auf die Ironman-Distanz sehr ambitioniert. Doch bis im letzten August lag der Fokus auf der Vorbereitung auf die Olympischen Spiele in Tokio, danach erlebte Spirig einen kleinen Spannungsabfall. Zwar lief die Vorbereitung danach nach Wunsch, Spirig sagt: «Anfang Jahr hatte ich erstmals das Gefühl: «Es kommt gut.» Dann kam der Sturz.» Wegen des engen Zeitplans gar nie ein Thema war, im Vorfeld des Rekordversuchs Distanzrennen zu bestreiten, wie es ihr Trainer, Brett Sutton, als optimal erachtet hätte. Heisst: «Zwei bis drei

Ironmans, damit der Körper sich an die Belastung gewöhnen und sie abspeichern kann», wie Spirig sagt. Sie hat in ihrer Karriere erst einen Ironman bestritten – den sie 2014 in Mexiko in Cozumel in 9:14:07 Stunden gewann. Im Vergleich dazu will sie im Juni unter Laborbedingungen weit über eine Stunde schneller sein.

Organisation: Keine Männer, viele Fragezeichen

Deutlich mehr Zeit, Nerven und Aufwand kostete die Organisation. Denn zu Beginn war Spirig davon ausgegangen, dass sie bei der Zusammenstellung ihres Teams aus Pacemakern auch auf Männer zurückgreifen kann.

Unterdessen haben sich die Spielregeln fundamental verändert: Männer sind verboten. Dem Vernehmen nach fürchtete der Organisator, sich angreifbar zu machen, wenn er von Männern für Spirig Tempo machen lässt. Das ist ein grösseres Problem. Denn die kalkulierte Geschwindigkeit auf dem Rad können selbst Spezialistinnen kaum über eine längere Zeit fahren. Zudem fällt der Rekordversuch mitten in die Rennsaison. Marlen Reusser, die Olympiazweite im Zeitfahren, die Spirig gerne als Tempomacherin engagiert hätte, musste deshalb absagen.

Erlaubt sind zehn Pacemacherinnen. Im Schwimmen wird

Spirig wohl von der Weltmeisterin über 25 km, der Deutschen Angela Maurer, unterstützt. Als Läuferin konnte Spirig Maja Neuenschwander gewinnen. Die übrigen Tempomacherinnen beim Laufen und auf dem Rad kommen aus Triathlon und Duathlon. Derzeit werden die letzten Verträge ausgehandelt.

Spirig startete am letzten Wochenende mit einem sechsten Platz beim Zürich-Marathon in die Saison, wo sie in 2:46:51 ihr Ziel erreichte, ungefähr die Zeit zu laufen, die sie beim Rekordversuch anpeilt. Am Dienstag reiste sie «ohne Muskelkater» ins Trainingslager nach Gran Canaria, wo das Training nahtlos weitergeht. Spirigs per-

sönliche Bestzeit liegt bei 2:37:51 Stunden, gelaufen 2014.

Auf der 5,85 km langen Rennstrecke auf dem Lausitzring peilt sie eine Zeit von 2:45 Stunden an. Die 40-Jährige hat dann bereits das Schwimmen und die Radstrecke in den Knochen. Geschwommen werden die 3,8 km im nahe gelegenen Senftenberger See auf einem fast schnurgeraden Point-to-Point-Kurs, auf dem es keine zeitraubenden Wendemanöver gibt und eine Pace von etwa 1:17 Minuten pro 100 Meter vorgesehen ist. Mit seinen langen Flachstücken bietet der Lausitzring ideale Bedingungen für die Radstrecke. Will sie die 8-Stunden-Marke unterbieten, muss Spirig mit einer durchschnittlichen Geschwindigkeit von 43 km/h fahren und die 180 km in 4:20 Stunden absolvieren.

Scheitern ist möglich, aber für Spirig keine Niederlage

Bis Ende April weilt Spirig auf Gran Canaria, wo sie wohl noch einen Halb-Ironman absolviert. Mitte Mai dürfte sie noch zwei Rennen bestreiten. Ende Mai reist sie nach Deutschland. Erst dort wird das Laufen und Radfahren in Formation trainiert. Die Zeit ist knapp, die Form nicht nach Wunsch. Kann das alles noch aufgehen?

Spirig sagt: «Das Risiko ist gross, dass wir nicht unter acht Stunden bleiben.» Aber verlieren könne sie nichts. Denn mit dem Versuch verknüpft ist eine Zusammenarbeit mit der Phoenix-Stiftung. Die Juristin beaufsichtigt nach ihrer Karriere Projekte der Stiftung in der Schweiz, sichert ihre eigene Stiftung und den «Phoenix Kids Triathlon by Nicola Spirig» ab, eine Triathlon-Kinderserie. Sie und ihr Mann, Reto Hug, wollen damit Kindern einen positiven Zugang zu sportlicher Betätigung ermöglichen. Zudem wird mit dem Sub8-Projekt Geld für Zweck gesammelt. Das sind hehre Ziele, die weit über den Wettkampf hinausgehen, den Spirig als letztes grosses Ziel auserkoren hat. Und für diese stellt sie sich auch gerne einer letzten Mission Impossible.

30 000 Frankfurt-Fans feiern zum Ärger der Katalanen

Laut Barcelona-Vorstand wurden bei der Europa-League-Partie gegen Frankfurt zu viele Gästefans ins Stadion gelassen.

Leandro De Mori

Dunkle Wolken schweben derzeit über der katalanischen Hauptstadt. Am Donnerstagabend verlor der FC Barcelona das Rückspiel im Viertelfinal der Europa League gegen die Eintracht aus Frankfurt mit 2:3, nachdem das Hinspiel in Hessen 1:1 endete.

Schon vor der Partie sorgten die rund 30 000 mitgereisten Fans aus Frankfurt in Barcelona für ein Fest. Am Nachmittag kursierten Fotos im Internet, wie Frankfurt-Präsident Peter

Fischer mit Tausenden Menschen am Placa de Catalunya Bier trank, für Fotos posierte und sich auf die Partie einstellte. Nach dem Sieg rief er zur Party auf: «Heute ist ganz Barcelona in Frankfurter Hand. Heute feiern wir die grösste Party, die diese Stadt jemals gesehen hat.»

Die 25 000 Frankfurt-Fans im Camp Nou sorgten für eine grandiose Stimmung an diesem Europa-League-Abend – zur Empörung der Katalanen, deren Fans das Stadion nach der Halbzeitpause für rund 10 Minuten

aus Protest gegen die Gästefans verliessen. «Ein Planungsfehler. Die Spieler und ich wollen auch wissen, wie es dazu kam. Wir mussten in Frankfurt durch die Hölle. Und die haben sich hier gefühlt wie zu Hause», sagte Barça-Coach Xavi im RTL-Interview nach der Partie. «Es war wie ein Finalspiel, bei dem die eine Hälfte der Fans für das eine und die andere Hälfte für das andere Team ist. Es war eine grosse Hilfe für Frankfurt.»

5000 Tickets standen den Frankfurter im Gästesektor zur Verfügung. Doch wie kamen die

zusätzlichen 20 000 Anhänger ins Stadion? Die meisten Frankfurter sicherten sich die Tickets ins Camp Nou wohl über Drittanbieter wie Reiseveranstalter oder über Privatpersonen, die ihre Tickets zu hohen Preisen abgaben.

Barça-Präsident: «Heute habe ich mich geschämt»

Ausserdem nutzten sie ausländische Kreditkarten und verschleierte IP-Adressen, um an Tickets zu kommen. Eine Gewissheit über die Methoden der Ticketbeschaffung gibt es aber nicht.

Entsetzt über die Lage im Stadion zeigte sich auch Barcelona-Präsident Joan Laporta nach dem Spiel: «Was auf der Tribüne passiert ist, ist eine Schande, die nicht mehr passieren darf. Heute habe ich mich geschämt.» Gegenüber dem Sender TV3 erklärte er gestern, der FC Barcelona wolle künftig nur noch personalisierte Tickets verkaufen.

Die Eintracht hingegen schützt seine Anhänger. Frankfurt-Vorstandssprecher Axel Hellmann hatte in der Nacht auf gestern eine Erklärung für das Geschehene parat: «Unsere

Fans sind am kreativsten, sich auf allen Wegen Tickets zu besorgen. Das war so und wird immer so sein. Unsere Fans haben über alle Kanäle Tickets besorgt – bis zu dem Moment vor dem Spiel. Das kannst du als Verein nicht erkennen.»

In weniger als zwei Wochen gastiert die Eintracht bei West Ham zum Hinspiel des Halbfinals. Auch im Londoner Olympiastadion werden wohl Zehntausende Fans dabei sein, um Frankfurt anzutreiben. Hellmann prognostiziert: «Ich erwarte dort eine Adler-Invasion.»