

# «Ich starte nur noch aus Plausch»

Interview Oliver Meile

Ein weiterer prominenter Name ist auf der Startliste des Uster Triathlons vom 26. August: Nachdem bereits die sechsfache Siegerin des Ironman auf Hawaii, Natascha Badmann, ihr Kommen ankündigte, startet nun mit Brigitte McMahon auch eine Olympiasiegerin. Anders als Badmann nimmt die 42-Jährige, die vor zwei Jahren ihre aktive Karriere nach einer positiven Dopingprobe beendete, in Niederuster jedoch als Breitensportlerin ohne Ambitionen teil. Die dreifache Mutter arbeitet heute zu fünfzig Prozent in einem Büro und bietet daneben Sportcoaching an.

**Brigitte McMahon, vor Ihrem Rücktritt war der Sport Mittelpunkt in Ihrem Leben. Welchen Stellenwert besitzt er heute?**

Brigitte McMahon: Eigentlich immer noch einen grossen Stellenwert, aber in einem anderen Sinn. Einerseits treibe ich gerne Sport, andererseits bin ich durch meine Coaching-Arbeit damit verbunden. Als Sport bezeichne ich aber auch, wenn ich mit meinem Sohn Fussball spiele oder mit den Kindern «Fangis» mache.

**Trainieren Sie noch regelmässig?**

(Lacht.) Was heisst regelmässig?

**Zwei- oder dreimal wöchentlich?**

Regelmässig in dem Sinne, dass ich immer etwas mache. Einen Trainingsplan besitze ich aber keinen mehr. Ich treibe Sport nach Lust – und Zeit. Am meisten schwimme und laufe ich. Das Velofahren kam zuletzt leider zu kurz.

**Sie haben das Coaching angesprochen. Wen betreuen Sie?**

Momentan sind es vor allem Firmen, die für ihre Mitarbeiter Trainings bei mir



**Keine Limiten-Jagd mehr: Brigitte McMahon startet in Uster ohne Ambitionen.** (key)

buchen. Ich bespreche mit den Teilnehmern aber auch Ernährungsfragen oder diskutiere mit ihnen über verschiedene Aspekte der Gesundheit.

**Vor etwas mehr als zwei Jahren wurden Sie positiv auf Epo getestet. Ihr Leben veränderte sich schlagartig. Wie erleben Sie rückblickend diese Zeit?**

Es lief in Phasen ab. Zuerst war da der Schock, als ich realisierte, was ich eigentlich gemacht hatte. Ich wachte auf und merkte: Brigitte, in deinem Leben läuft nicht alles rund. So hatte ich einige Dinge nicht bewältigt, wie meine Scheidung oder den Tod meines Vaters. Dazu kamen die äusseren Faktoren: Von meinem Körper kamen die Signale, dass ich es zu weit getrieben, die Erholung vernachlässigt hatte. In der zweiten Phase konnte ich, auch mit Hilfe von aussen,

dann die Probleme anpacken. Zwar empfand ich sehr viele Dinge als schmerzlich, zum Beispiel die Verurteilungen von aussen, aber ich fand langsam zu neuem Lebensmut zurück. Einerseits hatte ich mir mit meinem Fehlgriff viele Möglichkeiten im Sponsoringbereich genommen, dafür waren in anderen Bereichen Türen aufgegangen.

**Was geht Ihnen heute durch den Kopf, wenn Sie von den immer neuen Dopinggeständnissen, zum Beispiel im Radsport, hören?**

Es ist schwierig für mich, damit umzugehen. Ich finde es für diese Sportart sehr schade, aber sehe die Problematik, wie schwierig es ist, dem Ganzen entgegenzuwirken. Ich bin froh, dass der Triathlon-Verband proaktiv handelt, regelmässig Blutkontrollen macht und

von Athleten das Blutprofil aufstellt, damit Doping keinen Platz hat.

**Anfang Juli lief Ihre Dopingsperre nun ab. Was war das für ein Gefühl?**

Was soll ich jetzt sagen? Es war klar, die Dopingsperre ist vorbei. Doch in meinem Alltag spielte dieses Datum keine Rolle mehr. Wichtig ist, dass ich mir mein Leben wieder so einrichten konnte, dass ich glücklich bin. Natürlich ist es schön, wieder an Wettkämpfen teilnehmen zu können und diese besondere Atmosphäre zu geniessen. Aber für mein Lebensglück ist das absolut nicht mehr nötig.

**Sind Sie seit Anfang Juli irgendwo gestartet, oder beabsichtigen Sie, dies in nächster Zeit zu tun?**

Vorgestern startete ich am Zufitriathlon (Brigitte McMahon gewann – die Red.). Es war für mich ein Heimrennen und deswegen speziell, dass ich wieder starten konnte. Der nächste Anlass ist der Uster Triathlon.

**Was motiviert Sie, am Uster Triathlon teilzunehmen?**

Ich schaute mich ein wenig um, wo ich gerne starten würde. Ich machte bereits vor vielen, vielen Jahren am Uster Triathlon mit, und die Strecke hatte mir dazumal gefallen. So entschied ich mich spontan teilzunehmen.

**In welcher Kategorie starten Sie?**

Ich weiss es nicht auswendig. Hauptklasse oder Alterskategorie, aber sicher nicht bei der Elite. (Brigitte McMahon startet in der Kategorie AK 1 – die Red.)

**Welche Ziele haben Sie sich gesetzt?**

Ich starte mit keinerlei Ambitionen und mache einfach nur noch aus Plausch mit.