

## Jedes Jahr ein Holzschneit

Früh schon Mutter, spät erst Triathletin – trotzdem wird **Natascha Badmann** zur Ironlady par excellence.

Es ist ein spezieller Winter. Es liegt Schnee, und in der Nähe gibt es eine Loipe. Natascha Badmann hat sich nach vielen Jahren erstmals wieder auf Langlaufski gewagt. Nun dreht sie auf dem Williberg vorsichtig ihre Runden. Die 54-Jährige sagt, sie sei nicht mehr gleich mutig wie früher. Und nach dem Unfall, ihrem verhängnisvollen Radsturz 2007 auf Hawaii, habe sie ohnehin nichts mehr riskieren wollen, bei dem sie hätte auf die Schultern fallen können. «Alles, was nicht relevant war für meinen Beruf als Triathletin, habe ich nicht gemacht», erzählt sie. Und jetzt, da es nicht ganz einfach ist, eine geeignete Joggingroute zu finden, zieht sie für eine Ausdauerinheit die Langlaufski vor. An die frische Luft müsse sie. «Ich habe im Verlaufe meiner Karriere gelernt, draussen zu leben.»

Natascha Badmanns Leben lässt sich holzschnittartig in drei Abschnitte einteilen, die unterschiedlicher kaum sein könnten: Ihre schwierige Kindheit, der rasante sportliche Aufstieg zur Dominatorin im Langdistanz-Triathlon sowie ihre mühevollte Rückkehr in ein normales Leben nach dem Unfall. Sie bezeichnet den ersten als den unerfreulichsten Teil ihres Lebens, über den sie eigentlich nicht mehr sprechen möchte.

Es ist ihre psychisch belastete Kindheit, in der sie überge-  
wichtig und bewegungsfaul ist, unzufrieden und sogar depressiv. In der sie keine Kletterstange hochkommt, kein «Bälleli» werfen kann, koordinativ überfordert und immer die Letzte ist, die in ein Turnteam gewählt wird. «Ich war traurig, weil ich nicht konnte, was andere einfach so beherrschten.» Der einzige Lichtblick, den sie hat, ist ihr Pferd. «Es war meine Liebe, die Zuneigung war gegenseitig, es war mein Trost.» Noch nicht einmal 17-jährig wird sie schwanger und Mutter eines Töchterchens, der Vater des Kindes hat sie längst schon verlassen. Natascha Badmann hat sich

