

## Das Porträt

## Die rasende Staatsanwältin

Simone Benz startet heute Sonntag am Ironman-Triathlon in Zürich erstmals bei den Profis. Von Remo Geisser

Manchmal schweift der Kopf ab. Wenn Simone Benz mit dem Rennrad durch die Landschaft fliegt, irgendwo auf der 180-Kilometer-Strecke eines Ironman-Triathlons, geniesst sie die vorbeiziehenden Bilder. Bis sie von jemandem überholt wird und merkt: «Hey, das ist ein Wettkampf!» Dabei scheint das Abschweifen so gar nicht zu ihrem Charakter zu passen. Mit 26 Jahren hatte die Zürcherin schon das Anwaltspatent in der Tasche. «Wenn man alles zügig durchzieht, geht das schon», sagt sie.

Mit 26 stand ihr also die Tür offen zur Juristenkarriere und den fetten Honoraren. Doch Benz wollte sich mit dem Strafrecht beschäftigen, und da stellte sich die Frage der Moral. Verbrecher verteidigen, auch wenn man im Innern von ihrer Schuld überzeugt ist? «Es liegt mir mehr zu sagen: Das ist meiner Meinung nach das angemessene Strafmass.» Die junge Frau wurde Staatsanwältin. Damit war der erste Fuss auf der Karriereleiter. Ausgerechnet zu der Zeit absolvierte die Freizeitsportlerin beim ehemaligen Weltklasse-Triathleten Olivier Bernhard einen Leistungstest. Der staunte über die Werte und fragte: «Willst du Profi werden?» Die Frau nahm das nicht ernst.

## Athletin mit Dieselmotor

Sport hatte immer eine wichtige Rolle gespielt im Leben von Simone Benz. Doch zur Spitze hatte sie sich nie gerechnet. Das hänge wohl damit zusammen, dass sie einen Dieselmotor habe, sagt sie. «Bis ich warm bin, dauert es ewig.» Als jugendliche Schwimmerin aber musste sie auf kurze Strecken fokussieren, denn ihr kleiner Verein bot nichts anderes an. So war die Teilnahme an Schweizer Meisterschaften das höchste der Gefühle. Mit 23 redu-



MARION NITSCH / PXSIL

«Geht nicht» gibt's nicht: Simone Benz packt auch die Ironman-Aufgabe wacker an.

zierte Benz das Schwimmtraining, ging ab und zu joggen und Rad fahren, liess sich zum Triathlon überreden. Und landete so zwecks Leistungstest bei Olivier Bernhard.

Wie kam der darauf, ihr gleich eine Profikarriere einzureden? «Ich kannte Simone gar nicht, sah nur ihre Testwerte und die Art und Weise, wie sie an die Sache heranging», sagt Bernhard, «das hat mich beeindruckt.» Benz sagte zwar Nein, liess sich aber von Bernhard Trainingspläne geben, brachte damit Struktur in ihre sportlichen Aktivitäten und machte gewaltige Fortschritte. Als sie am Ironman Zürich 2009 als Siegerin ihrer Alterskategorie in Tuchfühlung mit der Weltspitze war, fiel sie ein erstes Mal auf. Ein paar Monate später war sie an der Ironman-WM auf Hawaii zweitbeste Schweizerin. Da stellte sich mit beinahe 29 Jahren noch einmal die Frage: Profi?

Die Geschichte der Ironman-WM ist wahrscheinlich kennzeichnend für Simone Benz. Geplant war die Teilnahme als einmaliges Paar-Projekt mit ihrem Partner Reto Brändli. Doch zwei Wochen vor dem Anlass wurde die Sportlerin beim Velofahren von einem Auto abgeschossen. Sie landete im Notfall. Heute zählt sie die dort diagnostizierten Verletzungen auf wie die Schäden an einem Fahrzeug: Becken verschoben, Halswirbel gestaucht, Finger gebrochen, tiefe Wunde am Knie. An Krücken verliess die junge Frau die Klinik. Zwei bis drei Monate müsse sie auf Sport verzichten, sagten die Ärzte. Aber der Flug nach Hawaii war schon bezahlt, und der Partner würde ohnehin starten. Also reiste sie mit. Drei Tage vor dem Start habe sie noch keine zwei Schritte laufen können, sagt Benz. Trotzdem ging sie an den Start. Triath-

lon ist eine Schinderei, das macht die Sportart zum Mythos. «Aber ich kenne keine andere Person, die so mit ihren Schmerzen umgehen kann wie Simone», sagt Olivier Bernhard. Das ist wohl naturgegeben, doch Benz arbeitet auch mit einem Mentaltrainer an der psychischen Härte. «Ich habe vor dem Start auf Hawaii nicht ein einziges Mal gedacht: Es geht nicht.» Es ging.

## Tipps der Marathon-Königin

Hawaii zeigte nicht nur, was möglich war, sondern auch, was möglich sein könnte. Deshalb entschied sich die Sportlerin, die Arbeit als Staatsanwältin auf 50 Prozent zu reduzieren. Als Profi-Triathletin wird sie von Bernhard betreut. Er rüstet sie auch mit dem Schuh «on» aus, der über ein völlig neuartiges Dämpfungssystem verfügt, er hat sie mit der einstigen Marathon-Weltrekordhalterin Tegla Loroupe zusammengebracht. Sie gibt Tipps für die abschliessende Disziplin des Triathlons. Die Reduktion des Arbeitspensums führt nicht automatisch zu einer massiven Steigerung des Trainingsumfangs. Vielmehr profitiert die Sportlerin davon, dass sie endlich nicht mehr schauen muss, wie sie alles in 24 Stunden packen kann, sondern Zeit zur Erholung bekommt. Für Simone Benz ist das neue Zeitmanagement gar nicht so einfach. Deshalb schreibt Bernhard immer wieder in den Trainingsplan: «Eine Stunde Entspannung!»

Das wird es heute Sonntag erst nach über neun Stunden Strapazen geben. Der Druck ist nicht klein, denn am Ironman in Zürich sind nur zwei WM-Startplätze für die Profis zu vergeben. Eine schwierige Ausgangslage, mit der Benz laut Bernhard umgehen kann. «Sie weiss, sie kann gewinnen.»

## Der Abschied

## Hans Jucker geht in Pension

Werden wirklich alle seine Radsport-Unterlagen am Sonntag unter dem Arc de Triomphe verbrannt? «Ich weiss noch nicht, ob die Franzosen das zulassen», sagt Hans Jucker. Doch der Sport-Kommentator des Schweizer Fernsehens weiss, dass er die akribisch geführten Karteikarten künftig nicht mehr braucht. «Die Jungen machen das ja alles auf dem Computer.» Seine 27. Tour de France ist Juckers letzte. Er, der 1966 erstmals am Fernsehen kommentierte (ein Langlaufrennen), legendäre Sprüche und Lacher lieferte, wird am 11. Januar 65 Jahre alt und Ende Januar pensioniert. So kann er auch seine Springreiter-Kartei ausmisten. «Herzlich willkommen, liebe Pferdesportfreunde», wird von ihm am CSI Zürich 2011 ein allerletztes Mal zu hören sein. Dannzumal verabschiedet sich der oft gehörte Gast endgültig aus den Deutschschweizer Stuben. (jeg.)

## Das Gedicht

## I Am Iron Man

Eisenmänner, Eisenfrauen  
Alle prächtig anzuschauen  
Toben weit durch Zürich hin:  
Aus dem Weg, ihr lieben Leute  
Ironman steht jetzt und heute  
In extremis uns im Sinn!

Velofahren und auch Laufen  
Möglichst nicht im See ersaufen.  
Doch wozu die ganze Qual?  
Um den eignen Leib zu strafen?  
Des Narzissmus will'ge Sklaven?  
Sport als Turbokapital?

Ich hingegen bleib zu Hause  
Sehe so was mit GeGrause  
Denke lieber nicht daran.  
Eignen Wahnsinn zu betören  
Kann ich einfach etwas hören:  
Ozzy Osbornes Iron Mann

Wolfgang Bortlik

## Das historische Bild



REINHARD SCHULZ / PRISMA

Es war in einer ganz anderen Zeit. Damals, noch vor dem Zweiten Weltkrieg, als diese jungen Ruderinnen strammen Schrittes in Moskau über den Roten Platz marschierten. Der Zusammenschluss aller Sowjetischen Sozialistischen Republiken zur Sowjetunion war beschlossen, eine staatlich kontrollierte Wirtschaftspolitik ausgerufen, die Sowjets waren die

Eigentümer von Boden und Produktionsmitteln. Lenins Tod im Januar 1924 hatte zu einem erbitterten Nachfolgekampf geführt, in dem sich Josef Stalin gegen Leo Trotzki durchsetzte. Mit unzimperlichen Mitteln festigte Stalin darauf seine Macht, und ab 1928 unterwarf er die staatliche Wirtschaft Fünfjahresplänen. Offenbar ebenso den Sport, denn im Mai 1933 sol-

len unsere jungen Ruderinnen deshalb strammen Schrittes über den Roten Platz marschieren, weil auch sie ihren Fünfjahresplan mit Bravour erfüllt hatten. Allein, die im Plan gemachten Vorgaben konnten nicht sportlicher Natur gewesen sein. Weder an den Olympischen Spielen 1928 in Amsterdam noch an jenen 1932 in Los Angeles traten sowjetische Rude-

rinnen in Erscheinung. Sportlich trumpten sie erst viel später auf, in Moskau 1980, an den vom Westen boykottierten Heimspielen. Dort gewannen die Ruderinnen aus der Sowjetunion immerhin 26 Medaillen (3 Gold, 17 Silber, 6 Bronze). Aus heutiger Sicht stammt freilich auch diese Leistungserfüllung aus einer ganz anderen Zeit. (jeg.)