

«b man Ferrari statt Volvo fährt»

Juliette Bork ist Halbzeit bei ihrer Vorbereitung auf den Ironman Switzerland. Endlich hat sie auch ihr Wettkampfrad erhalten (4)

tet. Am letz-
n so weit. Ju-
eues Athleti-
be mich ex-
eihnachten»,
n. Zuvor hat-
lon-Training
gnügen müs-
ger mit der
Einlegen der
hsam die He-
te die Kette.
as Rad auch

e, anthrazit-
einer kleinen
rt. «Das Velo
uft praktisch
meinem alten
als ob man
fährt.» So hat
n einen Eh-
ng erhalten.
nitten in der
es ins Schlaf-
ich vor dem
aufwachen da-
es aber dort

ellen

tzter auch ein
ürcherin erst
ispiel an den
rt wie Beton.
n paar blaue
ben». Oder an
ker. «Im Mo-
elige Angele-
noch ziemlich
es so schön:

den schnee-
enheit. «Vor-
lo.» An einen
Juliette aber
velocoach Gil-
al auf der Al-
en nach Ueti-
meinte, die
fzuwärmen.»
n Renner vol-



Nicht zu bremsen: Casting-Triathletin Juliette Bork mit ihrem neuen Athleticum-Rennvelo.

BILD: NANDOR NAGY

ler Tatendrang an den Ausgangspunkt. Was sie nicht bedacht hatte: Ihr Bruder hat als ehemaliges Mitglied eines Veloklubs eine andere Vorstellung von «Aufwärmen» als sie selbst. «Das Stück ist so steil, dass ich schon nach 200 Metern absteigen musste.»

Glücklicherweise gehören zur Triathlon-Vorbereitung nicht nur kurze, steile Strecken, sondern auch lange und gerade. Die eigentliche Jungfernfahrt mit dem Athleticum-Velo wird darum eine Tour um den Zürichsee sein. «Man hat mir geraten, dass ich in der Vorbereitung pro Woche 180 Kilometer zurücklegen soll – also genau die Distanz, die ich am Ironman an einem Tag zwischen Schwimmen und Laufen zurücklegen muss.»

Inzwischen ist schon rund die Hälfte der Vorbereitungszeit vorbei. Der Wettkampftag rückt immer näher, und Juliette kann

an sich eine gewisse Veränderung feststellen. «Die Sache macht mir immer noch grossen Spass. Aber ich merke, wie der Ironman in meinem Leben einen immer grösseren Platz einnimmt. Er ist jetzt ein fester Teil

meines Alltags.» Auch galt es schon, die ersten Rückschläge zu verkraften. «Ich war vor ein paar Wochen krank und musste meinen Trainingsplan reduzieren. Wenn du dann wieder voll trainieren kannst und merkst, wie viel Kraft und Kondition du während der Krankheit verloren hast, dann gibt das schon einen ziemlichen Dämpfer.» Jetzt sei sie aber wieder voll im Plan. Und für die Aufmunterung zwischendurch sorgt jeweils Tochter Ambre: «Weil sie so mitfiebert und unbedingt auch mitmachen will, habe ich sie für den Kinder-Wettkampf angemeldet. Kürzlich hat sie neue Turnschuhe bekommen, die ihr unglaublich gut gefallen. Als wir ein Stück zusammen gerannt sind, meinte sie mit dem Brustton der Überzeugung: Gell Mami, mit den schönen Schuhen bin ich jetzt auch viel schneller als vorher.»

Sacha Beuth