



# porträt

## Der Traum vom **Fliegen**

Ein turbulentes Jahr liegt hinter **Andrea Brede**:

Im Juli noch Ironman-Europameisterin, drei Monate später die verletzungsbedingte Absage beim Ironman Hawaii. Vollständig genesen, greift sie nun wieder an – ihr erstes Ziel ist die Titelverteidigung in Frankfurt.

von Sonja Schleutker-Franke

Fotos: Frank Wechsel (3), Silke Insel

**O**ktober 2006, noch drei Wochen bis zum Saisonfinale auf Hawaii. Ironman-Europameisterin Andrea Brede bereitet sich auf Lanzarote intensiv auf das wichtigste Triathlonrennen des Jahres vor. Doch während des Radtrainings spürt sie immer wieder ein Zwicken im Bein, mal stärker, mal schwächer. Auswirkungen auf das Schwimm- und Lauftraining haben die Beschwerden zwar nicht, aber Radkilometer kann sie auf der Kanareninsel nicht sammeln. Wieder zu Hause in Köln, lässt sich die 30-Jährige sofort untersuchen. Das Problem: Die Ärzte können keine eindeutige Ursache für die Schmerzen feststellen. »Für mich stand aber die ganze Zeit fest, dass ich auf jeden Fall nach Hawaii fahren werde. Allerdings war mir schon ein wenig mulmig bei dem Gedanken an das Rennen – ob mein Bein das mitmacht und alles gut geht«, gesteht sie. Auch eine gründliche Untersuchung zehn Tage vor dem Ironman Hawaii kann die Ursache ihrer Schmerzen nicht klären. Bredes Arzt rät dringend von einem Start im Pazifik ab. »Natürlich war ich enttäuscht, aber auf der anderen Seite auch erleichtert, weil die Angst weg war, dass ich beim Rennen aussteigen muss.«

### Hawaii per Internet

Das Flugzeug fliegt zwei Tage später ohne sie nach Kona, denn »nur hinfahren und zugucken« will die Langstreckenathletin auf keinen Fall. Vielmehr versucht sie, sich mit der Situation zu arrangieren, fährt erstmal in den Urlaub. »Im Internet habe ich das Rennen verfolgt. Das war schon ein blödes Gefühl, sich so lange darauf vorbereitet zu haben und dann nicht dabei sein zu können.« Doch die Sportstudentin lässt den Kopf nicht hängen, versucht, das Geschehene zu verarbeiten und schmiedet Pläne: »Meine Ziele hatten sich plötzlich verändert – zuerst musste ich wieder komplett gesund werden und mich dann in Ruhe auf die neue Saison vorbereiten.« Alles hinzuwerfen, kam für Brede, die erst seit zwei Jahren Profi ist, nicht in Frage: »Weil mir Triathlon so viel Freude bereitet, kann mich auch ein solcher Tiefschlag nicht aus der Bahn werfen. Ich bin ein Bewegungsmensch und liebe es, an der frischen Luft Sport zu treiben – welche Sportart würde da besser zu mir passen als Triathlon?«

Dabei kam Brede erst verhältnismäßig spät zum Ausdauerdreikampf. Als Jugendliche probierte sie verschiedene Sportarten aus, spielte Handball und Tennis, voltigierte oder betrieb rhythmische Sportgymnastik. Triathlon lernte sie erst mit Anfang 20 kennen, durch Zufall: 1998 verbringt sie ein Jahr als Au-Pair-Mädchen in Memphis im US-Bundesstaat Tennessee. »Die Familie hatte fünf Kinder im Alter von einem bis elf Jahren. Entsprechend war der Kühlschrank wie im Supermarkt ausgestattet.« Brede, neugierig auf Land und Kultur, probiert sich durch die amerikanischen Gaumenfreuden – nicht ohne Konsequenz. »Ich bin schrecklich dick geworden; habe in drei Monaten zehn Kilogramm zugenommen«, gesteht die gebürtige Goslarerin. Die Lösung: Sport. Sie schließt sich einem Schwimmverein an, der »eigentlich nur aus Triathleten bestand«. Schnell lässt sie sich von einem Start bei einem Staffelwettkampf überzeugen und übernimmt den Schwimmpart. ▶



»»  
**Ironman Lanzarote 2005: Andrea Brede kämpft gegen Hitze, Wind und rauen Asphalt**



»»  
**Triumph auf der Kanareninsel: Platz zwei im zweiten Ironman**

*Campana*  
Perfection in Bikes & Sports

www.campanaradsport.de  
Telefon: +49 2174 61 240



**RAD+TRIATHLON  
SHOP NEU-ISENBURG**

Telefon: +49 6102 21345  
www.rad-triathlonshop.de



**Corima**

**Citec**

**Xentis**

**Easton**

**Zipp**

**Spinergy**

**Mavic**

**Prolite**