



Marlen Reusser fuhr an der diesjährigen Tour de Suisse im flatternden Gelben Trikot zum Sieg.

WENN DER WILLE FLÜGEL VERLEIHT

Dass Marlen Reusser an der Tour de France zu den Favoritinnen gehört, grenzt an ein Wunder. Mehrmals hing ihre Karriere an einem Faden, doch sie kehrte jedes Mal zurück – stärker als zuvor.

— Text **Christof Gertsch** Fotos **Kostas Maros**

Die Sonne flutet den Vorplatz des alten Bauernhauses in Hindelbank BE, als Marlen Reusser die Beine weit von sich streckt und tief in den Liegestuhl sinkt. Er ist nicht mehr ganz der Neuste, dieser Liegestuhl. «Ich warte bis im Herbst», sagt sie lachend, «bis sie im Ausverkauf runtergeschrieben sind.» Dann beisst sie in ein Stück Bananen-Erdnussbutter-Brot und schaut zufrieden in die Sonne.

Wer Marlen Reusser, 34, nicht kennt, könnte denken, hier geniesse eine Bernerin einfach ihren Sommer. Vielleicht eine Ärztin in den Ferien. Eine Musikerin zwischen zwei Auftritten. Oder eine Innendekorateurin, die sich eine Pause gönnt. All das ist Marlen Reusser – oder war es.

Sie war Assistenzärztin in der Chirurgie in Langnau i. E., bis sie vor knapp zehn Jahren feststellte, dass sie auf dem Velo schneller ist als jede andere Frau in der Schweiz. Als Jugendliche nahm sie Unter-

Sie war Ärztin, bis sie feststellte, dass sie auf dem Velo schneller ist als jede andere Frau in der Schweiz.

richt an der Hochschule der Künste in Bern, spielte Geige und Klavier, wäre vielleicht einmal Violinistin im Berner Symphonieorchester geworden. Und das Bauernhaus, es ist das elterliche in Hindelbank, hat sie über die letzten Jahre umbauen lassen, aus der alten Melkerwohnung neben dem Stall ist ihre Wohnung geworden, alles unter dem strengen Auge der Denkmalpflege.

«Ich glaube, Interior Design wäre mein Traumberuf», sagt sie vollkommen ernst. Als Kind hat sie das Zimmer ihres Bruders umgestaltet, als Überraschung, während er in den Ferien war. Hat in der Schule zwischen den Lektionen in Einrichtungsheften geblättert. Heute schickt sie ihrem Lebenspartner Hendrik Werner Nachrichten, sie wolle sein Haus auf Mallorca renovieren, damit sie wieder ein Projekt hat.

Und dann ist da das grosse andere. Marlen Reusser ist nämlich Olympiazweite im Zeitfahren von Tokio. Weltmeisterin. Vierfache Europameisterin. Und jetzt, im Sommer 2026, kommt sie frisch von der Tour de Suisse – die sie trotz Verletzungen im Frühling zum dritten Mal gewonnen hat – und bereitet sich auf das grösste Ziel des Jahres vor. Am 1. August beginnt in Lausanne die Tour de France Femmes, neun Etappen durch die Schweiz und Frankreich, mit dem Mont Ventoux als Königsetappe und dem Finale in Nizza. →

Entspannt vor der
Tour de France:
Marlen Reusser im
Liegestuhl zu Hause
in Hindelbank BE.



Marlen Reusser blickt zurück auf schwierige Momente: Am Anfang ihrer Radkarriere wäre sie fast ums Leben gekommen.



«Ich habe den Ruf, mich noch aus den heikelsten Situationen zu retten.»

Marlen Reusser, Radrennfahrerin

Es ist das wichtigste Radrennen der Welt. Und Marlen Reusser, die Ärztin und verhinderte Innendekorateurin, sagt: «Ich will die Tour de France gewinnen.»

Sie weiss, wie das in den Ohren mancher klingt. Unbescheiden. Unschweizerisch. Sogar ihr Lebenspartner, der gleichzeitig ihr Trainer ist, findet, sie mache sich damit nicht beliebt. Aber Koketterie ist nicht ihr Ding. Sie fährt für das spanische Weltklasse-Team Movistar, und das hat seine Saison, seine Strategie, jeden Trainingskilometer darauf ausgerichtet, Reusser im August ins Gelbe Trikot zu bringen – warum sollte sie so tun, als wäre das nicht ihr Ziel?

Wobei: «Ich will gewinnen» heisst bei ihr nicht: «Ich bin die Beste.» Ob sie es schaffen kann, weiss sie nicht, das liegt nicht allein in ihrer Hand. Es ist kein Versprechen, eher ein Wunsch, eine Idee, die sie mit viel Demut vor sich herträgt.

Dass sie hier an der Sonne liegen kann, entspannt, den Blick auf ihr grösstes Ziel

gerichtet, das ist im Radsport keine Selbstverständlichkeit. Wer mit 50 Kilometern pro Stunde Schulter an Schulter durch enge Kurven rast, wer in Abfahrten das Material bis an die Belastungsgrenze treibt, weiss: Alles kann in einer Sekunde vorbei sein. Und Reusser weiss das besser als viele.

In den Abgrund geschaut

Diesen Frühling stürzte sie gleich zweimal in zwei Monaten, zuerst an der UAE-Tour in den Vereinigten Arabischen Emiraten, dann an der Flandernrundfahrt in Belgien – ausgerechnet nachdem sie das erste Rennen nach der Rückkehr gewonnen hatte und schon wieder voll auf Kurs schien. Von aussen betrachtet könnte man denken: Sie stürzt zu oft. Hat fahrerische Defizite, weil sie so spät in den Profisport eingestiegen ist, zu wenig instinktive Reflexe, die andere seit der Jugend trainiert haben.

Marlen Reusser sieht das anders. «Ich stürze gar nicht so oft», sagt sie. «Im Gegenteil: Ich habe den Ruf, mich noch

aus den heikelsten Situationen zu retten.»

Im Peloton, dem dichten Hauptfeld der Fahrerinnen, wird sie als jemand wahrgenommen, die im Chaos einen kühlen Kopf behält. Wenn andere in Panik geraten, wird sie ruhiger. Und stürzt sie doch, weiss sie nahezu sofort, wie ernst es ist. Als sie diesen Frühling in Flandern auf die Strasse knallte, sagte sie dem Radiologen im Spital noch vor dem CT-Scan, wonach er suchen solle: einer Fraktur des ersten Lendenwirbels. Sie behielt recht.

Den schlimmsten Sturz erlebte sie 2018, am Anfang ihrer Karriere, bei einem Rennen in Kiesen BE. Sie fuhr mit 50 Kilometern pro Stunde, als sie zu Fall kam und mit voller Wucht auf die Hüfte aufschlug. Von aussen sah man fast nichts, keine Schürfungen, keine offene Wunde. Aber Reusser spürte, dass etwas grundlegend nicht stimmte. Sie konnte die Beine nicht mehr richtig bewegen, war an der Unfallstelle teilweise gelähmt. Als Ärztin wusste sie, was das bedeuten konnte: ein →



Grund zum Jubeln: 2026 gewinnt Marlen Reusser zum dritten Mal die Tour de Suisse.

«Was man nicht
ändern kann, erträgt
man. Was man
ändern kann, ändert
man. Und was gut ist,
geniesst man.»

Marlen Reusser, Radrennfahrerin

Beckenbruch der schlimmsten Sorte. Jede vierte Patientin überlebt diese Art von Fraktur nicht, weil Knochenfragmente die grossen Beckengefässe aufspießen und eine innere Blutung auslösen können, die kaum zu stoppen ist. «Ich habe gedacht: Das könnte das Ende sein», sagt sie.

Und trotzdem behielt sie auf der Strasse liegend die Ruhe – oder versuchte es zumindest. Sie dirigierte die Sanitäter, die überfordert waren, verlangte nach ihrem Telefon und rief selbst die Ambulanz. Dann kam die Notoperation. Als feststand, dass sie ohne bleibende Lähmung davonkommen würde, empfand sie nicht bloss Erleichterung. Sie empfand vielmehr eine fast euphorische Dankbarkeit, überhaupt noch da zu sein. «Du siehst kurz den Abgrund», sagt sie. «Und danach bist du einfach nur froh.»

Das ist Marlen Reussers Lebensphilosophie, zusammengefasst in einem Satz. Sie nennt es das Leiterlenspiel. Das Leben als Gesellschaftsspiel, auf dem man Felder vorwärtsrückt und wieder zurück. «Wenn du dich davon unterkriegen lässt, hast du ein schlechtes Leben», sagt sie. Was man nicht ändern kann, das erträgt man. Was man ändern kann, das ändert man. Und was gut ist, geniesst man.

Leicht gesagt. Aber Reusser hat sich diese Haltung nicht angelesen, sondern mühsam erarbeitet.

Unter einem schlechten Stern

Das Jahr 2024 begann schlecht, und es kam noch schlimmer. Im Februar erkrankte sie an Covid. Im März stürzte sie an der Flandernrundfahrt so unglücklich, dass sie sich einen Bruch des Kiefers, beider Gehörgänge und von acht Zähnen zuzog. Sie kämpfte sich zurück, versuchte es wieder, doch im Frühsommer brach sie ganz ein. Die Erschöpfung hatte sich angekündigt, aber jetzt war sie überwältigend, das Fieber kam und ging, ans Training war nicht zu denken. Die Ärztinnen und Ärzte sagten: Long Covid. Und dann sagten sie noch etwas, das vielleicht am schwierigsten zu ertragen war: dass es nichts gebe, was man tun könne. Dass sie lernen solle, Pacing zu betreiben – also sorgfältig abzuwägen, wie viel sie sich zutraue, und dann die Hälfte davon zu tun.

Die Olympischen Spiele in Paris: abgesagt. Die Heim-WM in Zürich, vor den eigenen Fans: abgesagt. Stattdessen Erschöpfung, Ungewissheit.

Dutzende Male war Reusser im Berner Inselspital. Bewarb sich für Studien mit neuen Therapiemethoden. Wurde nie angenommen.

Was ihr schliesslich half, hätte sie ein Jahr zuvor noch als Scharlatanerie abgetan: ein sogenannter neuroplastischer Therapieansatz, der davon ausgeht, dass das Nervensystem erlernte Fehlreaktionen wieder verlernen kann – durch mentale Techniken wie Hypnose, Meditation und Achtsamkeitsübungen. Eine Methode, die ihr mehrere Menschen nahelegten, darunter ihr Partner und eine befreundete Ärztin. Reusser, die Schulmedizinerin, wehrte sich. Sie war doch krank, hatte Fieber, hatte Symptome. Sie brauchte keinen Hokusfokus. «Und dann dachte ich irgendwann: Komm, alles andere hat auch nichts genützt.»

Sie suchte keinen Therapeuten auf, dafür ging es ihr viel zu schlecht, sie konnte das Haus kaum verlassen. Stattdessen





liess sich ihre befreundete Ärztin von einem früheren Betroffenen erklären, wie die Methode funktioniert, und gab die Informationen nach und nach an Reusser weiter. Die übte zu Hause. Für die Hypnose suchte sie sich im Internet ein Audiofile, knapp einstündig, das sie jeden Tag abspielte, manchmal zweimal. Und tatsächlich half es, von Tag zu Tag etwas mehr. Sie erklärt es sich so: Ursächlich für Long Covid ist nicht ein Schaden an einem Organ, sondern eine Fehlfunktion im Nervensystem, eine falsche Verschaltung. «Du musst die Verschaltung wieder ändern», sagt sie. «Es gibt kein Medikament dafür. Das musst du selbst machen.»

Der Ansatz ist unter Fachleuten umstritten: Kritiker bemängeln fehlende wis-

«Und dann dachte ich irgendwann: Komm, alles andere hat auch nichts genützt.»

**Marlen Reusser,
Radrennfahrerin**

senschaftliche Evidenz, einzelne Spitäler – etwa das Unispital Basel – integrieren ihn trotzdem bereits in ihre Behandlung. Reusser erzählte ihre Geschichte im Podcast «So Long Covid», der die Methode einem breiteren Publikum bekannt machte.



2021 bestritt Marlen Reusser ihr Debüt bei den Olympischen Spielen in Tokio. Und holte im Zeitfahren die Silbermedaille.

«Ich gebe zu, diese Erfahrung hat mein Weltbild schon ein bisschen auf den Kopf gestellt.»

In der Hauptrolle

Die Verwandlung, die danach folgte, war spektakulär. Auf die Saison 2025 wechselte Reusser zum spanischen Team Movistar, wo sie etwas bekam, das sie zuvor nie ganz hatte: die unbestrittene Hauptrolle. Sie musste sich niemandem mehr unterordnen, musste keine Kapitäninnenrolle mit einer anderen teilen.

Auch physiologisch entwickelte sie sich weiter. Reusser, kräftig gebaut und eigentlich eher Zeitfahrerin als reine Kletterspezialistin, war schon vorher gut am Berg – jetzt fuhr sie auch die steilsten Anstiege mit den Allerbesten mit. Ihre spanischen Teamkolleginnen gaben ihr einen Spitznamen: Miguelona. Nach Miguel Induráin, dem fünffachen Tour-de-France-Sieger. Eine Fahrerin, die im Zeitfahren Zeit gewinnt und am Berg durch konstante, enorme Wattzahlen ihre Gegnerinnen zermüht.

→