



Ein duftes Paar

Tanja Frieden (31) ist jung, erfolgreich, unkompliziert – und das Gesicht der neuen Chiemsee-Düfte. Das Migros-Magazin zeigt das Energiebündel von ihrer sinnlichen Seite und verlost einen unvergesslichen Tag im Schnee mit der Boardercross-Olympiasiegerin.

Tanja Frieden, das Jahr 2006 war mit der olympischen Goldmedaille und dem Titel «Sportlerin des Jahres» für dich sehr erfolgreich. 2007 hast du den zweiten Platz im Gesamtweltcup erreicht. Was erwartest du für die kommende Saison?

Aufgrund meiner Borreliose-Erkrankung im Sommer konnte ich erst anfangs Oktober mit dem Training beginnen. Daher möchte ich die kommende Saison in erster Linie zur Standortbestimmung nutzen. Ich ziele keinen Podestplatz an. Mein übergeordnetes Ziel sind aber sicher die olympischen Winterspiele in zwei Jahren im kanadischen Vancouver. Dann will ich wieder fit und top vorbereitet sein.

Hast du dich gut erholt?

Ja, aber ich merke, dass ich längere Regenerationszeiten brauche. Hinzu kommt der Trainingsrückstand – während andere bereits seit Juli trainieren, war ich erst im Oktober im Schnee.

Neben dem Boardercross bist du ja auch oft für Events und Fotoshootings unterwegs. Was macht dir mehr Spass?

Das eine bringt das andere mit sich. Es ist wunderbar, mit dem Snowboard andere Kulturen kennenzulernen. Manchmal ist es schwierig, alles unter einen Hut zu bringen. Die längeren Fototrips brauchen eine gute Organisation und viel Zeit. Wie zum Beispiel der Filmtrip

nach Norwegen im letzten Jahr. Darunter dürfen aber die Wettkämpfe nicht leiden. Events sind schön, aber Bewegung steht für mich an erster Stelle.

Wie sieht der Alltag einer Profi-Snowboarderin aus? Gibt es Regeln?

Normalerweise bin ich sehr streng mit mir selbst, sehr diszipliniert. Aber dieses Jahr ist es etwas speziell, ich schaue, was der Tag bringt. Ich absolviere ein bis zwei Trainings pro Tag. Da ich eine „One-man-show“ bin, kann ich mein Programm dem Tag anpassen. Ich mache das jetzt schon seit 15 Jahren und habe gelernt, auf meinen Körper zu hören und seine Bedürfnisse ernst zu nehmen.

Was machst du an schlechten Tagen?

Ich muss unterscheiden können, ob es mir nicht gut geht oder ob ich einfach faul bin. Wenn es mir nicht gut geht, überlege ich mir, was mich glücklich machen könnte. Und statt Büroarbeit zu erledigen, gehe ich dann einfach mal an den See und ordne meine Gedanken. Ich gebe mir dieses Jahr die Zeit, die ich brauche – seit dem Zeckenbiss bin ich nicht mehr ganz so streng mit mir.

Und was machst du, wenn dir mal die Motivation fürs Training fehlt? Hast du ein Geheimrezept?

Nein. Meine Ziele, zum Beispiel die olympischen Spiele in Vancouver, sind



Wettbewerb

In welcher olympischen Disziplin gewann Tanja Frieden eine Goldmedaille?

- A: Tennis
- B: Boardercross
- C: Kugelstossen

So machen Sie mit:

Per Telefon: Rufen Sie an unter 0901 559 090 (Fr. 1.–/Anruf) und nennen Sie nach dem Signalton Ihre Lösung, Ihren Namen und Ihre Adresse.

Per SMS: Senden Sie ein SMS mit dem Text CHIEMSEE plus Lösung und Adresse an die Nummer 920 (Fr. 1.–/SMS)

Via Internet: Füllen Sie das Wettbewerbsformular auf www.migrosmagazin.ch aus.

Einsendeschluss ist der 21.1.2008.

Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Es erfolgt keine Barauszahlung. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Die Namen der Gewinner finden Sie ab 27.1.2008 auf der Homepage www.migrosmagazin.ch

Preise

- 1. Preis**
Ein Ski-Tag mit Tanja Frieden für eine Person.
- 2. Preis**
10 x 1 Chiemsee «Love Passion»-Set mit Eau de Toilette und Showergel.
- 3. Preis**
10 x 1 Chiemsee «Sport Passion»-Set mit Eau de Toilette und Showergel.



Gewinnen Sie die neuen Chiemsee-Düfte für sie und ihn.



Harmonischer Mix aus Frische und Sinnlichkeit: Die Eau de Toilettes von Chiemsee für sie und ihn. «Love Passion» und «Sport Passion», 50ml, je Fr. 29.90

Motivation genug. Es ist alles im Kopf – reine Einstellungssache.

In einem Interview hast du mal gesagt, dass für dich Familie wichtiger ist als Medaillen gewinnen. Hast du da schon Pläne?

Da mir meine Familie und Freunde sehr wichtig sind, nehme ich mir auch sehr viel Zeit für sie. Sie sind mein Antrieb, durch sie bin ich erst zu diesem Sport gekommen. Alles ist mit ihnen verknüpft. Eine eigene Familie zu gründen steht zur Zeit jedoch nicht im Vordergrund. Der Sport kommt momentan zuerst.

Und wie ist der bekannte Sportstar und Publikumsliebhaber Tanja Frieden privat?

Ich bin so, wie ich mich auch in der Öffentlichkeit zeige. Alles andere wäre mir zu kompliziert. Klar habe ich aber wie jeder andere auch Seiten, die ich lieber für mich behalte.

Boardercross verbindet man mit Energie, Kraft, Durchsetzungsvermögen, sogar Aggressivität. Hast du auch eine sinnliche Seite?

Im Sport muss ich natürlich taff sein. Doch meine weibliche Seite betone ich auch sehr gerne. Ich bin eine Person, die sich sehr viele Gedanken macht und auch sehr emotional ist. Es faszinieren mich beide Seiten.

Welche Parfüms bevorzugst du? Und

wann benutzt du sie?

Die neuen Düfte von Chiemsee mag ich natürlich sehr. Ich liebe frische, aktive und kühle Düfte. Ich bin ein sehr geruchsorientierter Mensch und habe unzählige Duftlämpchen zuhause. Parfüms können Akzente setzen oder eine Stimmung verstärken. Ich trage Düfte wie ein Accessoire. Und setze sie manchmal auch gezielt ein. Zum Beispiel bei einem schwieriges Gespräch, benutze ich einen Duft mit dem ich mich stark fühle.

Und was für Männerdüfte magst du?

Erdige Düfte. Sie dürfen nicht zu süß sein. Und sie müssen natürlich zu der Person passen, die sie trägt.

Interview Eveline Schmid