

Franziska van Almsick und ihr Lebensgefährte Jürgen B. Harder beim Opernball in Frankfurt 2012. Seit acht Jahren sind sie ein Paar

# Franzi greift wieder an!

Es war ein turbulentes Jahr für **Franziska van Almsick**, 35. Ihr Sohn Mo wurde geboren, im Fernsehen war sie stark gefragt. Dass ihr Verlobter für drei Tage in U-Haft kam, hat sie nicht aus der Bahn geworfen. Jetzt baut sie ein Fitnessportal auf. Und holt das Abi nach



Strahlend schön: Franziska van Almsick bei einem Foto-Shooting 2012

**F**ranziska van Almsick wirkt entspannt, obwohl sie dank des jüngsten Familienmitglieds nur wenig Schlaf bekommen hat. In den letzten Monaten überschlugen sich die Ereignisse: Im Mai wurde sie Mutter eines Sohnes, im Juni kam ihr Verlobter Jürgen B. Harder, 53, für drei Tage in U-Haft (*siehe Kasten*) – ein Thema, zu dem sie sich wegen des schwebenden Verfahrens nicht äußert. Im selben Monat saß sie in der Jury der RTL-Show „Poolchampions“, im Juli berichtete sie für die ARD von der Schwimm-WM in Barcelona, nebenbei büffelt sie für ihr Abi. Obendrein hat sich der Ex-Schwimmstar jetzt ein neues wirtschaftliches Standbein geschaffen, das Internet-Fitnessportal „mybod-e.de“. Viel Stoff für ein Interview.

FOTOS: adolph press/Welcher, action press PLUS/Jens Koch



Auf dem Onlineportal [www.mybod-e.de](http://www.mybod-e.de) kann jeder mit Franzi trainieren oder einen anderen virtuellen Fitnesskurs besuchen

## Franzis Projekte: Abitur machen, Business, drei Schwangerkilos weg ...

Fortsetzung von Seite 71

► **Franziska, Ihr Pensum ist derzeit wirklich gewaltig. Wie schaffen Sie das?**

Meine Kinder, das Abi, die Fitnessplattform – diese drei Dinge dominieren gerade absolut mein Leben. Und „mybod-e.de“ ganz besonders. Denn da baue ich gerade etwas komplett Neues auf. Natürlich haben die Kinder immer oberste Priorität und nach ihnen richtet sich auch der ganze Rest ... All das miteinander in Einklang zu bringen, funktioniert nur mit guter Organisation, man muss jede Eitelkeit ablegen und man muss immer dranbleiben, darf sich nicht hängen lassen. Das ist nicht immer ganz leicht. Aber ich will mich auf keinen Fall beschweren. Es gibt so viele alleinerziehende Mütter, die mehrere Kinder haben und die ihr Leben auch gebacken bekommen. Ich will aber auch nicht den Anschein erwecken, dass nur weil man prominent ist, einem alles zufällt oder abgenommen wird.

► **In der Schwangerschaft haben Sie 25 Kilo zugenommen. Da haben Sie sich gedacht: Gründe ich mal mein eigenes Fitnessportal, damit die Pfunde schnell wieder schmelzen?**

Klingt so, als sei es so gewesen. (lacht) Nein, die Idee zu „mybod-e.de“ hatten wir schon lange vor meiner Schwangerschaft. Dass ich dann schwanger wurde, war für das Projekt eigentlich eine gute Fügung. Denn von mir gibt es auch Videos, die mich beim Training zeigen. Die wirken dadurch umso authentischer, weil sie zeigen: Auch ich bin nicht immer in Topform. Auch bei mir müssen einige Kilos runter.

► **Sie trainieren seit dem Sommer. Wie nah sind Sie mittlerweile Ihrem Idealgewicht?**

Ich hab es noch nicht ganz erreicht. Drei Kilo halten sich noch hartnäckig. Da ich noch eine stillende Mama bin, kann ich jetzt auch

keine Diät einschleichen. Aber das ist okay. Auch diese Kilos werden irgendwann verschwinden.

► **Seit einer Weile büffeln Sie fleißig für Ihr Abitur. Sie sind 35. Warum machen Sie das?**

Ich wollte mein Abi immer machen, damals war ich ja auch nah dran, ich hab es für den Sport nur auf Eis gelegt. Und nun möchte ich eine Sache zu Ende bringen, die ich mal begonnen habe. Außerdem will ich so jede mögliche Diskussion mit meinen Kindern im Keim ersticken, wenn sie irgendwann mal mit mir über die Notwendigkeit eines Schulabschlusses diskutieren wollen.

► **Wie kann ich mir Ihr Leben als Abiturientin vorstellen? Drücken Sie richtig die Schulbank?**

Nein, das nicht. Ich habe einen ganz tollen Nachhilfelehrer, mit dem ich zwei-, dreimal die Woche arbeite. Und dann sitze ich regelmäßig in meinem Büro und pauke Geschichte, löse Matheaufgaben oder lese für Deutsch so

spannende Bücher wie „Dantons Tod“ oder „Agnes“, um die dann zu interpretieren. Das klappt mal besser und mal schlechter.

► **Welches ist Ihr Lieblingsfach?**

Geschichte ist mein Steckenpferd. Das macht mir großen Spaß. Und komischerweise hab ich mich auch mit Mathe angefreundet. Das war immer mein absolutes Horrorfach.

► **Wie sehr ist Ihr Lebensgefährte eine Hilfe bei den Hausaufgaben?**

Es gibt Dinge im Leben, die mit Menschen, die einem sehr nahe stehen, schwierig sind. Deshalb ist das Abi mein Ding. Da muss ich mir auch keine Sprüche anhören. (lacht)

► **Seit 2005 kommentieren Sie für die ARD Schwimmwettkämpfe. Würden Sie in dieser Richtung gern mehr machen? Sie waren ja auch mal für die „Sportschau“ im Gespräch ...**

Die Arbeit macht mir tatsächlich großen Spaß. Ich bin noch nicht da, wo ich mal hin will. Doch ich denke, dass es in dieser Richtung noch das eine oder andere von mir geben wird. Da lasse ich mich selbst überraschen.

► **Im letzten Jahr hat sich Ihre historische Olympiateilnahme von 1992 zum 20. Mal gejährt. Wie blicken Sie heute darauf zurück?**

Je mehr Zeit vergeht, umso weniger kann ich mir vorstellen, dass ich es war, die all das

„Irgendwann trage ich bestimmt mal einen Ehering“

Franziska van Almsick

### Die Staatsanwaltschaft hat noch viele Fragen



Das Paar im April 2013 bei einer Radio-Gala

Es war vermutlich ein Schock für Franziska van Almsick, als ihr Verlobter Jürgen B. Harder am 15. Juli mit seinem Anwalt zur Staatsanwaltschaft Frankfurt am Main musste. Zuvor waren bundesweit sowie in Liechtenstein insgesamt 28 Wohnungen und Geschäftsräume durchsucht worden, darunter auch Harders Privat- und Geschäftsräume in Heidelberg und in Frankfurt am Main. Es geht um den

Verkauf von Grundstücken am Flughafen Frankfurt am Main. Drei Tage blieb Harder in U-Haft. Oberstaatsanwältin Doris Möller-Scheu: „Da er Angaben gemacht hat und die Verdunklungsfahrer nicht mehr bestand, wurde er dann aus der Untersuchungshaft entlassen. Es besteht aber Kontakt-Verbot der Beschuldigten untereinander und es sind noch viele Fragen offen.“

# Der Wein von Rotkäppchen.



erreicht hat. Heute konzentrier' ich mich nur noch auf mein heutiges Leben, meine Familie, meine Arbeit. Ich bin generell nicht so der Zurückschauer, ich freue mich vielmehr auf die Dinge, die da noch kommen.

► **Gehört zu den Dingen, die da noch kommen, ein drittes Kind?**

Keine Ahnung. Das weiß ich selbst noch nicht.

► **Sie sind bereits seit sechs Jahren verlobt ... Meinen Sie, an Ihrer rechten Hand funkelt irgendwann mal ein Ehering?**

Ach bestimmt. Irgendwann sicher. Und wenn es geht, bekommt niemand etwas von der Hochzeit mit.

► **Sie haben einen tollen Nachnamen, würden Sie sich bei einer Eheschließung davon verabschieden?**

Das muss ich mir sehr genau überlegen. (lacht) Aber Gott sei Dank hab ich dafür ja noch ein bisschen Zeit.

► **Ihre Söhne haben beide recht außergewöhnliche Namen: Don Hugo und Mo Vito. Wie sind Sie darauf gekommen?**

Wir finden die Namen gar nicht so außergewöhnlich. In der Konstellation möglicherweise schon ... Auf keinen Fall wollten wir mit der Namensgebung unserer Kinder irgendwie megacool wirken. Auf Hugo kamen wir, weil der Vater meines Lebensgefährten so heißt. Und Don und Mo sind einfach schöne kurze Namen. Da steckt kein tieferer Sinn dahinter. Aber obwohl Mo so prägnant ist, müssen wir den Namen ganz oft erklären. Weil viele es nicht fassen können, dass ein Kind Mo heißt.

► **Andere Promis zeigen ihre Kids ganz gern in der Öffentlichkeit – Ihre Söhne hat man noch nie gesehen. Warum?**

Ich bin eine Person des öffentlichen Lebens geworden, weil ich früher mal schneller geschwommen bin als andere. Das ist jetzt so und es hat Vor- und Nachteile. Es reicht aber, wenn ich damit lebe. Meine Kinder muss ich da nicht mit reinziehen. Ich versuche deshalb, fernab von rotem Teppich und Fernsehstudio einen ganz normalen, beschaulichen Alltag mit meinen Kindern zu führen. So wie andere Familien auch.

► **Seit Sie vor 21 Jahren aus dem Nichts aufgetaucht sind, hat Sie die Presse diverse Mal hoch- und runtergeschrieben und immer die Lupe über Ihr Privatleben gehalten. Bis heute. Ihr Fell muss ziemlich dick sein ...**

Ich wünschte, mein Fell wäre in manchen Momenten dicker, als es tatsächlich ist. Gerade dann, wenn persönliche Dinge die Runde machen ... Man lernt schon mit den Jahren, damit umzugehen. Aber da auch ich ein sensibler Mensch bin, geht das mal besser und mal schlechter. Leider werde ich das nicht ändern können und weiter damit leben müssen. Meine Strategie ist dann: Ich versuche einfach, nicht alles zu lesen.

► **Zum Schluss noch eine Frage: Sind Sie eigentlich lieber Franziska oder Franzi?**

Das ist mir wirklich gleich. Ich hab nichts gegen Franzi. Vielleicht wird es den Leuten irgendwann von selbst komisch, mich Franzi zu nennen. Wenn ich so 40, 50 bin ... Andererseits – solange sie mich Franzi nennen, kann ich mich jung fühlen. Susi Groth

Zeit für den Augenblick. Genuss, auf den man sich verlassen kann. Eine Auswahl, die überzeugt. Haben Sie Ihren Lieblingswein von Rotkäppchen schon gefunden?  
[www.rotkaeppchen.de](http://www.rotkaeppchen.de)