

Neuss Nein, sagt Markus Fothern, vorzuwerfen habe er sich nichts. „Höchstens, dass ich damals zu jung und zu naiv war. Ich wollte immer alle Erwartungen erfüllen – **vor allem** meine eigenen, **aber auch** die der anderen.“

An solchem Druck sind schon **so mach andere** zerbrochen als der einst so fröhliche Landwirtssohn aus Vorst. Vor sieben Jahren, als er seine damals erste Tour de France beinahe im weißen Trikot des besten Jungprofis beendet hätte, galt Markus Fothern als der Hoffnungsträger eines neuen deutschen Radsports. Heute Abend, gegen 21.15 Uhr, wird er bei der Tour de Neuss zum letzten Mal bei einem Radrennen über die Ziellinie fahren. „Mein letztes Rennen, das ist schon ein komisches Gefühl“, sagt Markus Fothern – fast so, als könne er es selbst noch nicht so recht glauben.

Er hat lange mit diesem Entschluss gerungen, den er „eine Summe aus vielerlei Dingen“ nennt. Wäre nicht im April, kurz vor dem geplanten Start bei „Rund um Köln“, eine Entzündung an beiden Knien hinzugekommen, würde er ihn vielleicht immer noch vor sich herschieben. „Doch da habe ich erkannt, dass das, was ich mir vorgenommen hatte, nicht mehr geht“, sagt der 31-Jährige.

Was er sich vorgenommen hatte, war schlicht und einfach: noch mal so gut zu werden wie früher. Am Training lag es nicht, dass ihm dieses Vorhaben misslang: „Ich komme aus der Landwirtschaft, da habe ich von Klein auf gelernt, was Arbeit heißt“, sagt Fothern. Vielleicht hat er diese vom Vater übernommene Lebensphilosophie zu sehr strapaziert – so sehr, dass sein Körper irgendwann nicht mehr mitspielte. Im modernen Arbeitsprozess würde man neudeutsch von einem „Burn out“ sprechen. Fothern spricht von einer Überlastung. Und meint damit Körper und Kopf gleichermaßen: „Irgendwann war **meinem Körper einfach** alles zu viel.“

Im Körper, „weil sich in der Muskulatur **aufgrund der Belastung und fehlenden Regeneration** so viel Dreck angesammelt hat, dass sie immer noch **verspannt ist und sich bis heute noch nur sehr langsam davon erholt**.“ Markus Fothern hat **drei** Jahre lang vergeblich versucht, etwas dagegen zu tun: „Ich bin von Mediziner zu Heilpraktiker, von Osteopath zu Chiropraktiker gerannt, quer durch die Republik“, schildert der 31-Jährige seine Leidenszeit. Jeder kurierte ein bisschen, doch eine ganzheitliche Lösung fand keiner.

Was vielleicht mit dem Kopf zu tun hatte. Nach der grandiosen Tour von 2006 „kam ein bisschen zu viel zusammen“, sagt Markus Fothern. Er wurde Kapitän beim Team Gerolsteiner, er baute ein Haus, er wurde Vater. „Ich habe mich gefühlt, als wäre ich unbesiegbar“, sagt Fothern heute. Und mit sieben Jahren Abstand fügt er an: „Für einen 25-Jährigen war das eine Mischung, die einen erschlagen hat.“

Aus dem geplanten Ritt an die Spitze wurde ein Höllenritt. Die gesundheitlichen Probleme wurden größer, weil der Druck nach dem Ende des Team Gerolsteiner zunahm. „Die Zeit bei Milram war die schlimmste“, sagt Markus Fothern – und denkt, dass er das stellvertretend für die meisten seiner ehemaligen Teamkollegen sagt: „Da war immer das nächste Rennen das wichtigste, da gab es keine Zeit für Regeneration und keine Zeit fürs **zielorientierte** Training.“

Die Folge: Markus Fothern strampelte sich immer tiefer in den Keller. Und als dann mit Milram das letzte deutsche Pro-Tour-Team seinen Atem aushauchte, fand der Vorster keinen neuen Arbeitgeber. Für die ausländischen Teams war er zu diesem Zeitpunkt zu schlecht. **Es blieb ihm nur der Schritt in ein drittklassiges dt. Team, das Team NSP-Ghost.** „Drei Jahre ein **aufstrebendes Team** zu **begleiten** und den jungen Rennfahrern ein **bisschen meiner Erfahrung** zu **vermitteln**, hat **mir den Spaß am Sport zurückgebracht**“, sagt Markus Fothern.

Nur: Er kam in „keine großen Rennen“ mehr 'rein. Und ohne diese Rennkilometer „kannst du noch so viel trainieren, du verlierst den Anschluss an die Fahrer aus den Pro-Tour-Teams“. Des Weiteren stellt Fothern ernüchtert fest, **was für ein immenser Aufwand es noch einmal sei sich an die Weltspitze heran zu tasten und dazu sei er einfach nach vielen Jahren der Entbehrung und Verzichtes auch mit Hinblick auf seine Familie vor allem seine beiden heranwachsenden Kinder nicht mehr bereit.**

Künstlich nachzuhelfen, das sei für ihn nie in Frage gekommen, beteuert der Vorster: „Ich weiß, dass **einige** sagen: Der Fothern fährt nicht mehr so gut wie früher, weil er **vermutlich** nicht mehr dopt. Das ist Quatsch – ich habe nie etwas genommen, ich bin und war immer sauber.“ Dennoch: Sich stets und ständig mit dem Thema Doping auseinandersetzen, sich immer wieder erklären und rechtfertigen zu müssen **für etwas was andere getan haben ärgert ihn, jüngst die Gerichtliche Auseinandersetzung zwischen Schumacher und Holczer. Wo jm. der nachweislich jahrelang allen ins Gesicht gelogen hat plötzlich vom Angeklagten zum Kläger wird und „Hans“ der sich in meiner Gegenwart nie hat etwas zu Schulden kommen lassen derartig denunziert. Ja, auch das sei ein Teil welches zu dem** beigetragen hat, was Markus Fothern „Überlastung“ nennt.

Heute Abend, sechs Wochen vor seinem 32. Geburtstag, fährt Markus Fothern sein letztes Rennen, unterstützt von vier Fahrern aus dem sich auflösenden Team NSP Ghost. Was er noch drauf hat, weiß er genau so wenig wie das, was danach für ihn kommt: „**Ich liebe diesen faszinierenden Radsport auch wenn für mich nun die aktive Zeit als Fahrer rum ist. Ein Traum wäre darauf zu warten das Deutschland dem Sport wieder eine Chance gibt und ich mit einem Freund gemeinsam ein Team führen könnten, eines welches meine hohen Ideale im Sport vertritt. Der Plan liegt quasi schon in der Schublade, es fehlt nur der mutige Sponsor der als erster wieder das Potential des Radsports in Deutschland entdeckt!**“, aber Stress mache er sich deswegen keinen. Zur Zeit unterstützt er Ehefrau Jessica, die vor zwei Monaten im Schatten des Quirinismünsters ihr zweites „**Mutterwerk**“, ein Laden für Mutter und Kind eröffnet hat.

Auch der erlernte Beruf sei eine Option. Allerdings schickt sich gerade sein jüngerer Bruder Thomas, der zwei Jahre früher aus dem Radsport-Zirkus ausstieg, an, den elterlichen Hof zu übernehmen. „Und um zwei Familien zu ernähren, dafür ist der Betrieb nicht groß genug“, weiß Markus Fothern.

Seine eigene Bilanz fällt **überwiegend positiv** aus: „Bereut habe ich den Schritt in den Profi-Radsport nicht“, sagt Markus Fothern, „ich habe in dieser Zeit sehr viel Schönes erlebt, aber **wie es im Leben auch halt so ist gibt es nicht nur eitel Sonnenschein.** Auf jeden Fall habe ich viel fürs Leben gelernt.“ Und weil das so ist, würde er seinem Sohn auch nicht verbieten, Radsportler zu werden: „Ich hätte **aber natürlich auch eine Menge Tipps für ihn, damit er einige von mir gemachte Fehler auslöst.**“