

Vorwort	11
Rausgeflogen und doch von Gold geträumt	15
Kira	39
Der Beginn einer Liebe	53
Anett verdreht mir den Kopf	75
Mein Weg zur Topform	81
Die Generalprobe	119
Endlich. Rio 2016	133
Nachspiel	165
Im Zweifel Schmerz	177
Nächstes Ziel: mein Wunschkind	189
Das Ende einer Ära. Ein Neuanfang	199
Espinho – Ende und Anfang	215
Eine Pandemie am anderen Ende der Welt	235
Tokio 2021	249
Nachwort	
Das Leben ist eine Wippe	265
Danke	269