



Matthias Steiner – der Olympiasieger privat

Mein Lebensmotto:

Wer aufhört, besser zu werden,
hört auf, gut zu sein.

Diabetes bedeutet für mich ...
in erster Linie Disziplin.

Blutzuckermessen ist ...
das Non plus Ultra, denn der Wert
gibt mir direkt Feedback, was mein
Körper braucht.

Als Diabetiker Leistungssport zu machen, ist ...
spannend, denn der Wert entscheidet,
wie der Tag wird.

Ich trainiere jeden Tag ...
vier bis sechs Stunden.

Ein perfekter Sonntag ist für mich ...
lange ausschlafen und gut
frühstücken.

Meine größte Leidenschaft ist ...
Gewichtheben.

Meine Freunde behaupten, ich ...
bin eine echte Kämpfernatur und
ehrgeizig ohne Ende.

Am wohlsten fühle ich mich ...
in einem stabilen privaten Umfeld.

Wenn ich kein Sportler wäre, wäre ich ...
nicht ich.

Ich wollte schon immer mal ...
nach Südamerika.

Ohne die Kontrolle meines Blutzuckers wäre
der Olympiasieg ...
alles andere als leicht geworden.

Nach meiner Diabetes-Diagnose ...
ist im ersten Moment eine Welt für
mich zusammengebrochen.

Anderen Diabetikern möchte ich ...
Mut mit auf den Weg geben und
zeigen, dass alles möglich ist.

Ich gehe nie ohne ...
mein Insulin und mein Blutzucker-
messsystem Accu-Chek Aviva Nano
aus dem Haus.

Die richtige Technik ist entscheidend ...
beim Gewichtheben und beim
Blutzuckermessgerät.

Ihr
Matthias Steiner
461