

Jetzt noch schnell gewinnen:
Letzte Chance auf **10 000 Euro!**

S. 44

Bild der Frau



Exklusiv für BILD der FRAU **Kai Pflaume:**
Meine Weihnachtsgeschichte

14 Fest- Essen



Die Nr. 1 bei Frauen | www.bilderfrau.de



RAFFINIERT SERVIERT
Knusprige Ente, zartes Filet, feine Braten

Mode-Hits
für die ganze Familie S. 10

Wäsche-Beratung
**Der richtige BH für
jedes Dekolleté** S. 14



Die 9 besten Rezepte!
**Heilen mit russischer
Naturmedizin** S. 54

3 Frauen - 3 Schlankpläne
Endlich Wunschfigur! S. 50



Glänzender Trend
**Tisch-Deko
in Gold** S. 68

ISSN 1439-8008 (Print) / ISSN 1439-8016 (Online) / PUBLISHER: BILD DER FRAU GMBH, D-10119 BERLIN, TEL: +49 30 2500 1000

Als Mädchen hat Angelika (30) gerne Kung-Fu-Filme gesehen, heute spielt sie selbst darin mit

In China überwand ich meine Grenzen

Man kann alles schaffen, wenn man nur an sich glaubt. Das hat Angelika Nimbach in Asien gelernt. Heute jettet sie als ANQI – so ihr Künstlername – rund um die Welt

Es kommt mir immer noch wie ein Wunder vor. Ich verdiene heute mein Geld mit Jobs, von denen ich früher nur träumen durfte. Früher, als ich noch als Mediendesignerin gearbeitet habe. Heute bin ich nicht nur als Schauspielerin und Stuntfrau, sondern auch als Choreografin und Coach für Schauspieler und Profisportler auf der ganzen Welt unterwegs.

Dass ich so erfolgreich bin, verdanke ich einem Kindheitstraum. Es ist sicher ungewöhnlich, aber ich war schon mit vier Jahren total verrückt nach chinesischen Filmen mit Bruce Lee und Jackie Chan. Deswegen gab es auch nichts, was ich mir mehr wünschte, als irgendwann nach China zu reisen. Die Welt der artistischen Körperbeherrschung mit Karate oder Kung Fu faszinierte mich einfach. Mit 21 Jahren bin ich dann tatsächlich nach China gefahren. Zwei

Monate lang zog ich durchs Land, um eine Sportschule zu finden, in der ich mich ausbilden lassen konnte. Kurz vor meiner Abreise hatte ich Glück. In der Stadt Xuzhou in der ostchinesischen Provinz Jiangsu fand ich einen Lehrmeister, der bereit war, mich auszubilden. Zurück in Deutschland kündigte ich meinen Job und meine Wohnung und kehrte nach China zurück. Meine einjährige Ausbildung dort war hart und lehrreich. Sie zeigte mir: Man kann alles schaffen, wenn man nur an sich glaubt und bereit ist, an seine Grenzen und darüber

hinaus zu gehen.

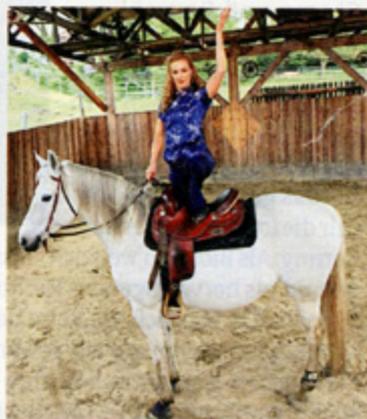
Bereits während des Trainings konnte ich Kontakte zur Filmszene knüpfen und in chinesischen TV-Shows auftreten. Dadurch wurde ich auch in Deutschland bekannt. Die ersten Anfragen von Kinoproduktionen kamen mir fast unwirklich vor. Ich hätte nicht zu träumen gewagt, dass ich mal in Kino-Hits wie „Inglourious Basterds“ oder „Die Päpstin“ als Stuntfrau mitwirken würde. Inzwischen bekomme ich immer mehr Rollenangebote für Dreharbeiten überall auf der Welt. Trotzdem nehme ich nichts davon als selbstverständlich, sondern bin dankbar für alles, was ich bisher erreicht habe.

Aufgezeichnet von DANIELA ARNOLD

Körperbeherrschung und Konzentration faszinieren Angelika an den chinesischen Kampfsportarten



Vielseitige Stuntfrau: Angelika ist sattelfest – auf Motorrädern (l.) ebenso wie auf Pferden



Fotos: A. Loggelder (2), privat