

Autoren: Peter Colat und Michael Naef

Die Indoordisziplinen umfassen:

- Statisch (STA): Luftanhalten, solange es geht.
- Dynamisch (DYN): Mit Flossen so weit wie möglich tauchen.
- Dynamisch ohne Flossen (DNF): Streckentauchen ohne Flossen.

Das Programm der WM sah vor, dass vom Samstag bis am Mittwoch morgen im zentral gelegenen Wettkampfbecken, wie auch in einem kleinen Hallenbad am Rande der 300'000 Einwohner Stadt trainiert werden konnte. Betti und Michi flogen am Samstag morgen via Kopenhagen nach Aarhus (Peter folgte einen Tag später nach).

Dort angekommen richteten sie sich in ihrem Zimmer ein und gingen danach in die Altstadt essen. Sie fanden einen Italiener, dessen Menükarte ihnen zusagte. Die Preise schienen ganz gut zu sein und sie genehmigten sich auch ein Bier. Als dann die Rechnung kam, lieferte der Kellner den Schock gleich mit:

Das günstige Essen stand irgendwie im Widerspruch zu der horrenden Rechnung, die die Dänemark-Laien in den Händen hielten. Nachdem Betti nachgefragt hatte, war auch klar warum: Ein halber Liter Bier ist genau so teuer wie ein Pizza oder eine Portion Spaghetti...

Am **Sonntag** besichtigten Betti und Michi das Schwimmstadion, wo die Wettkämpfe ausgetragen werden sollten. Ein imposantes 50-Meter-Becken, das durch eine von der Decke absenkbare Trennwand in der Mitte in ein 25-Meter- und ein 24-Meter-Becken geteilt werden kann. Die beiden wollten ihr erstes Training etwas gemütlicher angehen. Allerdings blieb auch gar nicht viel anderes übrig: Das «üppige» Frühstück mit Speck und Ei hatte seine Wirkung getan und es wurde wieder einmal bestätigt, das Apnoe mit vollem Bauch wirklich nicht läuft. Nun gut, fürs Training reichte es – gegen den Atemreiz kämpfen kann man auch mit vollem Bauch.

Die weiteren Tage verzichteten wir jeweils auf das Frühstück und gingen mit leerem Mägen trainieren. Trotzdem wir die Wochen zuvor im wesentlichen Tieftauchen für die Schweizermeisterschaft trainiert hatten, zeigte sich schnell, dass die Schweizer fit und bereit sind. Die Statisch-Zeiten näherten sich schnell wieder den alten Bestzeiten und der Pool, mit seiner über die ganze Länge konstanten Tiefe, war ideal zum Streckentauchen.

Mittwoch: Am Nachmittag sollte der erste Wettkampf, die Qualifikationsläufe für Dynamisch (Streckentauchen) ohne Flossen, stattfinden.

Vor allem für Betti fing es damit gleich mit einer wichtigen Disziplin an. Betti ist unsere No-Fins-Spezialistin und wollte ihren eigenen Schweizer Rekord von 105 Metern verbessern. Für jede Disziplin gibt der Athlet eine Leistung an, die er erreichen oder überbieten muss.

Noch vor Betti startete aber Michi, der mit 76 Metern die geringste Strecke angegeben hatte. Alleine machte er sich auf zu seiner Startbahn, legte sich das Halsblei um, rückte die Taucherbrille zurecht und stieg anderthalb Minuten vor «official Top» mit etwas weichen Knien ins kalte Wasser. Bei 10 Sekunden fing er an zu «packen». Eine Technik, bei der nach dem vollständigen Einatmen durch Schluckbewegungen zusätzliche Luft in die Lunge «gepackt» wird. Plötzlich, bei official Top, merkte er, dass er zuviel Luft in seine Lunge gepresst hatte und lies die ganze Luft wieder ab. Jetzt blieben noch knapp 10 Sekunden um so gut es noch ging wieder einzuatmen, bevor es Strafpunkte wegen zu spätem Abtauchen geben würde. Bei 9 Sekunden tauchte auch er mit zwei Drittel gefüllter Lunge ab. Natürlich fehlte nun ein beträchtlicher Teil der Luft, die er zum Tauchen braucht und das Blei um den Hals und den Bauch waren nun viel zu schwer für eine neutrale Tarierung. 76 Meter, drei Längen und einmal wenden mussten nun so getaucht werden, damit es wenigstens keine Strafpunkte geben würde. Im Kopf den DNF Wettkampf bereits abgeschrieben, tauchte er los. Bei 25 Metern die erste Wende; noch 50 Meter, dann die zweite Wende. Noch eine Länge – 75 Meter! Noch einen Armzug und Beinschlag, noch einen und noch einen – 100 Meter! Also Wenden, abstossen und dann aber hoch kommen! Michi tauchte auf, machte das Oberflächenprotokoll und bekam schliesslich die weisse Karte von der Richter: Tauchgang mit 104 Meter gültig!

Als nächste startete Betti, sie hatte 86 Meter vorgegeben. Die 104 Meter wollte sie auf jeden Fall schlagen und trotzdem ist es nur einen Meter von ihrem eigenen Rekord entfernt Entspannen, den Kopf leer räumen und sich auf den Start vorbereiten. Nach 25 Metern die erste Wende: Von der Wand abstossen, gleiten bis fast zum Stillstand und dann mit Arm- und Beinschlägen weiter gegen die nächste Wand tauchen. Betti schwamm nun gegen die Hundert Meter Marke, vierte Wende – noch einmal abstossen, einen Armzug und Betti tauchte auf. Souverän nahm Betti ihre

Nasenklammer und Schwimmbrille ab, gab das OK Zeichen und schloss das Oberflächenprotokoll mit «I'm OK» ab – 109m, ein neuer Schweizer Rekord!

Peters Start – erst kurz zuvor hatte er sich an der Schweizermeisterschaft den Nationalen Rekord von Nicolas Guerry mit einer Leistung von 118 Metern zurück geholt. Gleichzeitig mit ihm starteten fünf weitere Athleten, welche sich nun um eine gute Leistung und einen Platz im A- oder B-Finale bemühten. Würde er seinen eigenen Rekord brechen? Die Hundert-Meter Wende kam und Peter tauchte weiter gegen die 125 Meter und passierte schliesslich die 118 Meter. Michi, sein Coach, wurde ganz kribbelig und hoffte, dass es einen neuen Rekord und nicht ein Blackout geben würde... Dann berührte Peter bei 125 Meter die Wand, unglaublich! Aber nein, er tauchte nicht auf, sondern wendete nochmals und stiess sich ab um bei 127 Meter sauber aufzutauchen. Peter hat es wieder einmal geschafft und den Nationalen Rekord im Streckentauchen ohne Flossen für die Schweiz um 9 Meter auf 127 Meter gehoben!

Wir hatten unsere Starts für diesen Tag hinter uns und der Druck wich für einen Moment. Jetzt hiess es für uns den Wettkampf zu verfolgen und zu geniessen. Welche Leistung würde wohl erforderlich sein, um sich für den A- oder B-Final zu qualifizieren? Würde es einem von uns reichen? Es war spannend die Wettkämpfe zu verfolgen und leider auch «spektakulär»: Knapp 20 der 100 Starts der DNF-Qualifikation endeten mit einem Blackout. Schlussendlich reichte es Betti um einen Platz nicht in den Damen B-Final auch Peter hat den B-Final der Herren nur knapp verpasst.

Am **Donnerstag** waren wir wieder einmal früh unterwegs. Am Morgen sollte die Qualifikation fürs Statisch und später die Finalrunden fürs Streckentauchen ohne Flossen stattfinden. Also machten wir uns auf den Weg und hofften an unsere Resultate anschliessen zu können, die wir in den Trainings in den vorherigen Tagen gezeigt hatten. War es gestern Betti's, so ist es heute Michi's Paradedisziplin. Im Februar zuvor war er nur 4 Sekunden am Schweizerrekord vorbeigetaucht. Würde es diesesmal reichen?

Im Schwimmstadion erwartete uns eine Überraschung: Über Nacht wurde das ganze technische Equipment gestohlen. Die Diebe haben alles was nicht niet- und nagelfest war mitgenommen: Kameras, Bildschirme, Laptops, Server, die ganze Speaker-Anlage und so weiter. Insgesamt Material im Wert von 100'000 Franken. Nur gerade den CPR Koffer haben sie stehen lassen.

Was dann folgte war eine Glanzleistung der Organisatoren: Innerhalb von zwei Stunden hatten sie eine komplette Ersatzanlage organisiert. Dank dem Einsatz von Kurt Lykke Larsen und seinem Team konnte der Wettkampf mit einer Stunde verspätung wieder aufgenommen werden.

Betti legte mit 4:26 Minuten einen soliden Grundstein. Um 11:48 war es dann endlich auch für Michi soweit. Gecoacht von Betti topte er mit 7:43 Minuten fast alle (4. Platz) und sicherte sich gleichzeitig einen neuen Schweizerrekord. Am Schluss war Peter dran und tauchte bei 6:26 Minuten auf. Nicht das was er wollte und weniger als im Training aber sehr sauber und ok. Michi der eigentlich froh war, dass «seine» Disziplin vorbei war und er den Nationalen Rekord von Nicolas gebrochen hatte, realisierte erst langsam und mit gemischten Gefühlen, dass er damit am nächsten Tag nochmals im Statisch-A-Finale starten «musste». Das Swiss-Team konnte es kaum glauben: Die kleine Schweiz war in den Top 8. Gratulation an Michi.

Spät am Abend folgten die A- und B-Finals in Dynamisch ohne Flossen: Bei den Frauen gewann Natalia Molchanova mit einem neuen Weltrekord von 160m, Bjarte Nygard gewann mit 199m bei den Herren.

Freitag: Nun war es soweit – 5, 4, 3, 2, 1, Official Top, 1, 2, 3, 4, 5,... Alle Finalisten inklusive Michi tauchten ab. Die ersten tauchten kurz vor 7 Minuten auf. Aber Michi lag immer noch ganz ruhig im Wasser – er verbesserte seinen Tags zuvor aufgestellten statisch Schweizerrekord um weitere 6 Sekunden auf 7:49 Minuten. Gratulation.

Nach dem Statisch Final hatten wir viel Zeit, bis wir in der Qualifikation «Streckentauchen mit Flossen» wieder zum Einsatz kamen. Unsere Startzeiten und Angaben waren: Betti 18:30 Uhr – 80 Meter, Michi 18:50 Uhr – 106 Meter und Peter 19:00 Uhr – 115 Meter. Peter hatte sich ein grosses Ziel gesetzt und wollte unbedingt den aktuellen Schweizerrekord – 173 Meter – brechen.

Aber zuerst war Betti dran. Für diese Disziplin wurde die Trennwand in der Mitte entfernt und es standen uns die

ganzen 50 Meter zur Verfügung. Betti startete ganz langsam und wurde wie gewohnt gegen Ende immer schneller. Wie weit würde sie mit ihrer ungeliebten Monoflosse kommen? Dann, erst nach der Mitte des Pools tauchte sie auf: Nasenklammer und Brille weg... 135 Meter, Respekt.

Jetzt war Michi dran. Er wollte sicher die 110 Meter schaffen und hatte 106 Meter vorgegeben. Damit er keine Strafpunkte erhält, muss er bei 100 Meter sicher wenden. Auch er startete gewohnt langsam und blieb während dem Tauchgang auch genauso gewohnt langsam. Als er auftauchte, zeigte er dem Richter, wie zuvor Betti, das korrekte Protokoll: 117 Meter.

Jetzt war Peter an der Reihe, er wollte den Schweizerrekord angreifen. Leider lief es nicht besonders gut für ihn, irgendwie fand er einfach den Rhythmus nicht. Aber natürlich hiess es trotzdem «durchbeissen» – wir sind schliesslich an einer Weltmeisterschaft und wollen sauber abschliessen. Bei 153 Meter tauchte Peter erschöpft auf

Trotzdem sich, wie erwartet, keiner für die Finalrunden qualifiziert hatte, konnten Betti und Michi ihre persönlichen Bestleistungen weiter verbessern und waren natürlich umso glücklicher. Aber auch wenn Peter die 173 Meter geknackt hätte, wäre es für das Finale zu wenig gewesen: Die Finalisten hatte alle 200 Meter oder mehr gemacht. Die Leistungen waren erstaunlich!

Wie es sich gehört, wollten wir auf unsere Erfolge anstossen. Voller Freude stürzten wir an die Bar im Hotel. Jedoch war, rein gar nichts mit einem freudigen Anstossen: Die Bar hat am Freitag Abend ab 21.30 Uhr geschlossen. Man stelle sich das vor... das erste Mal an dieser WM bekamen wir tatsächlich Atemnot.

Es hat uns riesig Spass gemacht uns mit anderen freitauch-begeisterten Athleten zu messen und sich auszutauschen. Das Schweizer Team ist mit 4 nationalen Rekorden und 6 Personal- Bests am Sonntag morgen wieder in Zürich gelandet.

Eine WM ist einfach etwas Spezielles!!!

Danke an alle, die uns die Daumen gedrückt, mit uns mit gefiebert und uns unterstützt haben!

Liebe Grüsse Swiss-Team

Links:

WM-Homepage: <http://www.freewc09.dk/>

WM-TV: <http://www.youtube.com/freewc09>

Michi's Statisch Rekord: <http://www.youtube.com/watch?v=IjT0Zat8R0Y>