

## KRZ in Aktion

# Von Blubberbläschen und beinahe scharfen Bildern

Nicht nur über Sportarten berichten, sondern sie selbst einmal ausprobieren – in der Serie der KREISZEITUNG stehen beliebte und allseits bekannte, aber auch ganz außergewöhnliche Sportarten im Mittelpunkt, jeweils von einem unserer Redakteure getestet. Im elften Teil von „KRZ in Aktion“ geht es ums Tauchen.

VON SANDRA FUNK

**SINDELINGEN.** Jetzt ist er gekommen, der Moment der Wahrheit. Zischend entweicht die Luft aus meiner Weste und ich merke, wie ich langsam nach unten sinke. Erst verschwindet das Kinn im Wasser, dann das Gesicht, bis schließlich der ganze Kopf vom kühlen Nass bedeckt ist. Einfach ganz ruhig weiteratmen, rede ich mir ein, doch das Mantra hilft nicht. Luftschnappend kämpfe ich mich wieder die paar Zentimeter an die Oberfläche zurück und meine zu wissen: Tauchen ist einfach nichts für mich.

Ich befinde mich im Sindelfinger Badezentrum und bin Gast beim Tauchclub Amphiprion. „Einfach mal vorbeikommen, ausprobieren und danach süchtig werden“, hatte Pressesprecherin Susanne Mast mich geködert. „Prima Idee“, dachte ich mir, schließlich sollte mein verunglückter erster Tauchversuch im Thailand-Urlaub Anfang des Jahres nicht die letzte Erfahrung unter Wasser sein. Statt im seichten Wasser erste Gehversuche machen zu dürfen, sollte es gleich in acht Meter Tiefe gehen. Für eine Landratte wie mich unvorstellbar. Unverrichteter Dinge brach ich den Schnupperkurs ab und ärgerte mich über die 100 Euro, die ich in einem Tauchladen auf Phuket gutgläubig und in freudiger Erwartung auf ein tolles Erlebnis investiert habe. „Wir fangen ganz langsam an“, beruhigt mich indessen mein Sindelfinger Tauchlehrer Dieter Grund, der „schon ganz andere schwere Fälle“ hatte, wie er mir glaubhaft versichert.

Bevor es jedoch im Badezentrum ins Sprungbecken geht, steht eine Unterweisung an. Mein Kollege Thomas Bischof, der, um mich im Wasser fotografieren zu können, kurzerhand beschlossen hat ebenfalls mitzumachen, und ich lauschen interessiert den Ausführungen des Tauchlehrers. Dabei geht es um Druckausgleich, um diverse Schläuche, die hinter und neben einem von der Weste weghängen und um die Luftversorgung. „Bloß nicht schreiben, in den Flaschen sei reiner Sauerstoff“, ermahnt mich Dieter Grund. Vielmehr befindet sich darin echte Sindelfinger Luft. „Ab einem gewissen Druck wäre das nämlich giftig für den Körper.“ Thomas und ich nicken beeindruckt, während wir erstmals vom so genannten Valsalva-Manöver hören. Dabei geht es um nichts anderes, als beim Zuhalten der Nase die Atemmuskulatur anzuspannen, um so den Druck von den Ohren zu bekommen. „Das müsst ihr unter Wasser mehrfach machen“, erklärt Dieter Grund. Mit den passenden Flossen und einer Maske (Susanne Mast: „Reinspucken hilft immer noch am besten gegen das Beschlagen“) ausgerüstet, bekommen wir auch die restliche Ausrüstung angelegt.

## Nach anfänglicher Panik stellt sich schnell ein Wohlgefühl ein

Ob die auch wirklich alles kontrolliert haben, frage ich mich noch, bevor es dann also ernst wird, und ich es offensichtlich wieder nicht schaffe. „Woran liegt's denn?“, fragt Susanne Mast, während ich schon wieder am Beckenrand hänge. Tja, gute Frage, keine Ahnung. „Vielleicht kann ich ja auch erstmal an der Oberfläche paddeln“, schlage ich vor und mach' mich auf den Weg, während mein Kollege mit Dieter Grund bereits auf dem Beckenboden steht, Massen an Blubberbläschen von sich gibt und aussieht, als hätte er nie etwas anderes gemacht. Ehrgeiz kommt in mir auf. Ich will da auch runter!

Dieter Grund scheint meine Verzweiflung zu merken. „Kein Grund hektisch zu werden“, sagt er ruhig und zieht leicht an meiner Weste. Ehe ich überhaupt realisiere, was da gerade geschieht, stoße ich mit den Flossen gegen etwas Hartes. Ich bin unten! In vier Metern Tiefe – von Panik keine Spur mehr. Wovor hatte ich nur Angst? An die Blubberblasen gewöhnt man sich, ebenso an das Atmen unter Wasser, und das Gefühl der Schwerelosigkeit ist einfach genial. Ein kleiner Schlag mit den Flossen, und man gleitet langsam durchs Becken. Hin und wieder kommt natürlich auch das Valsalva-Manöver zum Einsatz und ich merke: Hier kann man sich richtig wohlfühlen.

Doch Thomas Bischof und ich sind nicht nur zum Spaß ins Badezentrum gekommen. Fotos müssen noch gemacht werden, und dass das weitaus schwieriger ist als gedacht,

merken wir beide recht schnell. Mit der geliehenen Kamera, die sicher in einem Unterwasser-Gehäuse steckt, lotst mich Thomas per Handbewegung in die Nähe der Beleuchtung. In Position gebracht, sehen wir wohl aus wie zwei sterbende Schwäne, denn so ganz bewegungslos treiben wir schnurstracks auf den Grund des Beckens zurück. Also nochmal. Reflexartig fange ich stets an zu grinsen, bis mir einfällt, dass das ja völlig für die Katz' ist. Egal, die Bilder sind im Kasten, ob scharf oder unscharf, wird sich erst später herausstellen.

Stattdessen spielen wir noch ein bisschen Unterwasser-Frisbee, signalisieren uns gegenseitig, dass alles in Ordnung ist und genießen einfach diese ganz eigene Welt. Im Badezentrum wird die zwar von kahlen Kacheln begrenzt und die bunte Tier- und Pflanzenvielfalt des Meeres sucht man vergeblich, doch von der hatte ich in Thailand ja schließlich auch nichts.

Nach gut 25 Minuten zeigt Dieter Grund auf seine Uhr und gibt mit nach oben gerichtetem Daumen das Zeichen zum Auftauchen. Schon vorbei? Schade eigentlich. Zwar sind die 25 Grad die im Sprungbecken angeblich herrschen unendlich kalt ausgefallen, doch ein bisschen länger hätte ich es in meiner neuen Welt unter Wasser schon noch ausgehalten. „Na siehst Du, hat doch toll funktioniert“, lobt mich Susanne Mast und ich kann ihr nur zustimmen. „Dann komm doch ruhig nochmal zum Schnuppertauchen“, fordert mich Dieter Grund auf, und die Einladung werde ich auf jeden Fall annehmen, denn nächstes Jahr geht es noch einmal nach Thailand. Dafür will ich gerüstet sein. Apropos gerüstet: Das mit den Fotos hat für's erste Mal prima geklappt, und weil mein Kollege Thomas Bischof aus Versehen auch noch auf die Videotaste gedrückt hat, gibt es auf der Homepage der KREISZEITUNG unter [www.bb-live.de](http://www.bb-live.de) unter „Lokale Videos“ ein kleines Filmchen zu sehen.

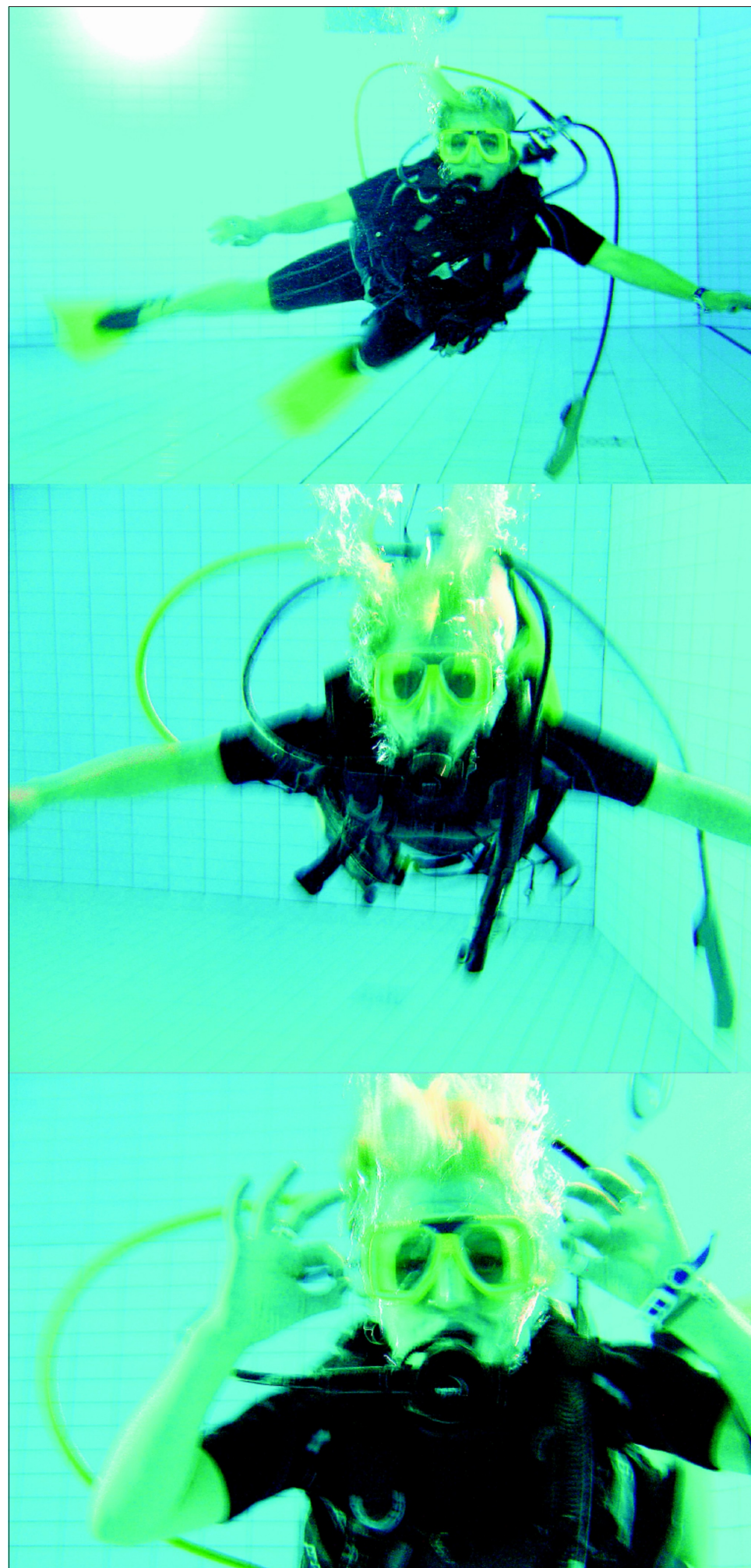
## Hintergrund

### Tauchen für Anfänger

Der Sindelfinger Tauchclub Amphiprion bietet jeden ersten Donnerstag im Monat ein kostenloses Schnuppertauchen im Badezentrum an. Sämtliches Equipment wird vom Verein gestellt. Das Mindestalter beträgt zwölf Jahre. Bevor es ins Wasser geht, muss ein Fragebogen zum Gesundheitszustand ausgefüllt werden, um mögliche Gefahren schon im Vorfeld vermeiden zu können. Sind gesundheitliche Probleme bekannt, muss die Tauchtauglichkeit von einem Arzt bestätigt werden. Weitere Informationen zum Tauchclub Amphiprion gibt's unter [www.tcasifi.de](http://www.tcasifi.de) im Internet.



Susanne Mast (re.) überprüft die Ausrüstung



Abtauchen und wohlfühlen: Wer die Scheu vor dem Tauchen wie KRZ-Redakteurin Sandra Funk überwunden hat, wird dieses Erlebnis nicht mehr vergessen  
KRZ-Fotos: Thomas Bischof