Tauchen mit der eigenen Atemluft: Das steckt hinter dem Begriff Apnoetauchen (Apnoe = griechisch für ohne Atem), ein Sport, der erst durch Luc Bessons Filmklassiker „Le Grand Bleu" („Im Rausch der Tiefe") einer breiten Öffentlichkeit bekannt wurde. Irgendwie crazy: Einmal Luft holen - und dann geht's ohne technische Hilfsmittel runter bis auf 214 Meter, die aktuelle Weltrekordmarke des Österreichers Herbert Nitsch. Verrückte, die ihr Leben leichtfertig aufs Spiel setzen? Mitnichten: Anna von Bötticher, Deutschlands beste Apnoetaucherin, weiß sehr wohl, was sie tut ...

Text **WOLFGANG SCHADINGER**

Adrenalin-Junkie, Kamikaze-Typ: Wortschöpfungen, die auf von Bötticher nie und nimmer zutreffen. „Ich habe großen Respekt vor dem Meer, der Tiefe und meinen Grenzen. Apnoe ist kein Sport, den man erzwingen kann. Im Gegenteil: Man muss sich langsam vortasten", erklärt die 41-jährige Ausnahmekönnerin. Das langsame Vortasten nahm satte 20 Jahre in Anspruch: Mit 17 startete ihre Karriere als

IM ATEMLOSEN RAUSCH DER TIEFE

APNOETAUCH-NIXE ANNA VON BÖTTICHER

APNOE: DIE DISZIPLINEN

Konstantes Gewicht: Selbstständiges Schwimmen mit der Flosse nach unten und wieder hoch. Von Böttichers Bestmarke: 66 Meter. „Die Tücke: Durch den steigenden Wasserdruck verliere ich immer mehr Auftrieb, bin in der Tiefe deshalb richtig schwer. Da muss man hart arbeiten, um wieder hochzuschwimmen. Die Muskeln brennen, die Beine wollen nicht mehr."

Konstantes Gewicht ohne Flossen: Die „purste" Disziplin, da nicht einmal Flossen als Hilfsmittel zur Verfügung stehen. „Es ist schwer, da es auf sehr gute Technik ankommt. Wenn man ineffizient beim Schwimmzug ist, verschwendet man viel Energie. Doch ausgerechnet in dieser Disziplin habe ich seinerzeit Bronze gewonnen."

Free Immersion: Der Taucher zieht sich am Seil herunter und wieder hoch, ohne Flossen. „Eine etwas merkwürdige Disziplin. Die meisten von uns trainieren das so gut wie gar nicht, wir machen es dann eben einfach mal im Wettkampf."

Variables Gewicht: Der Taucher wird mit einem Schlitten unter Zuhilfenahme von Gewichten nach unten gezogen. In der Tiefe angekommen, steigt er ab und schwimmt selbstständig wieder hoch. „Letztes Jahr habe ich dabei die 100-Meter-Marke erreicht, ein fantastisches Erlebnis. Spannend ist hierbei vor allem die Geschwindigkeit, mit der man nach unten saust."

No Limits: Der Taucher rast mit dem Schlitten nach unten, um sich von einem Ballon oder anderen Auftriebskörper wieder nach oben ziehen zu lassen. Hier werden die größten Tiefen getaucht (aktueller Weltrekord: 214 Meter, aufgestellt vom Österreicher Herbert Nitsch). „Es ist das ganz extreme Ende des Sports, vergleichbar mit einer Mount Everest-Besteigung im Alleingang ohne Sauerstoff. Weltweit macht das fast eigentlich niemand mehr. Das Problem ist, dass man in Tiefen taucht, aus denen man aus eigener Kraft nicht mehr an die Oberfläche zurückkehren kann. Man verlässt sich also auf die Technik, um nach oben zu kommen. Doch die hat die dumme Angewohnheit, ab und an zu versagen."

„IN 100 METER TIEFE ANZUKOMMEN, NUR MIT DER LUFT IN MEINER LUNGE, IST UNBESCHREIBLICH. DAS TIEFE BLAU DES WASSERS IN DIESEM MOMENT WERDE ICH NIE VERGESSEN."
Anna von Bötticher, Apnoesportlerin

„menschlicher Fisch im Wasser" mit Gerätetauchen, erst vor vier Jahren erlag sie der Faszination von Apnoe, stellte auf Anhieb fünf deutsche Rekorde auf – und holte bei der Weltmeisterschaft in Dahab/Sharm El Sheikh eine Bronzemedaille. Ein Schnellschuss-Erfolg, der auch von Bötticher überraschte. „Damit hatte ich überhaupt nicht gerechnet. Ich war extrem nervös und wollte mich in erster Linie nicht blamieren. Jedes mal, wenn ich von einem erfolgreichen Tauchgang hochkam, konnte ich es selbst kaum glauben."
Mittlerweile muss sie es aber glauben: Gibt es doch zurzeit keine einzige Landsfrau, die ihr die Rekorde in der Tiefe streitig machen könnte. „Ich würde mir wünschen, dass es im deutschen Apnoesport wieder vorwärts geht. Daher bemühe ich mich auch, neuen Leuten Mut zu machen. Denn gerade als Anfänger braucht man jemanden, der sagt ‚Hey, du kannst das'. Mal sehen, wie sich das deutsche Team bei der Weltmeisterschaft im September schlägt", meint von Bötticher. Wie bitte? Anfänger? Ist es wirklich für jeden erlernbar, mit einem Atemzug minutenlang unter Wasser zu bleiben? „Natürlich", erklärt Anna, „jeder Mensch kann ‚ohne Atem' auskommen. Wir alle besitzen noch den sogenannten Tauchreflex, ein Überbleibsel aus der Evolution, das wir mit Meeressäugern wie Delfinen oder Robben gemeinsam haben. Dieser Vorgang schützt mich, der Körper spart Sauerstoff und versorgt das Gehirn, sodass kein Schaden entsteht." Für diese These trat sie jüngst auf der Wassersportmesse BOOT den Beweis an: Sie hielt 20 Minuten kurze Miniseminare und immer war jemand dabei, der es unter diesen denkbar schlechten Umständen schaffte, für über drei Minuten den Atem anzuhalten. „Fast alle, die mitmachten, waren über der 120-Sekunden-Marke. Das überrascht die Menschen, ist aber eigentlich normal."

Die Gefahr taucht mit. Dennoch: Wer Apnoe als harmlose Herumtaucherei abtut, befindet sich auf dem Holzweg. So kam etwa vor vier Jahren der einstige Weltrekordhalter Loic Leferme beim No Limits-Training (dabei geht es mit einer Schlittenkonstruktion in rasantem Tempo und ohne Sauerstoff runter) in einer Tiefe von rund 180 Metern ums Leben. Von Bötticher erinnert sich: „Technisches Versagen war schuld. Er konnte mit dem Schlitten nicht aus der Tiefe zurückkommen und es war zu weit, als dass er es aus eigener Kraft hätte schaffen können. Tragischerweise konnte ihn darüber hinaus auch das Back-up-Sicherheitssystem nicht hochbekommen." Auch Frauen wurde die Tauchleidenschaft bereits zum Verhängnis. Als bislang Letzte versuchte Audrey Mestre, die No Limits-Männerbestmarke von Herbert Nitsch (214 Meter!) zu erreichen – ein Versuch, der fatal danebenging. Von Bötticher: „Auch sie kam dabei ums Leben. Als sie unten ankam und den Tank aufdrehte, der den Hebeballon füllen sollte, war dieser leer. Sie dann hochzuholen, dauerte einfach zu lange. Wie gesagt: technisches Versagen." Angst um ihr Leben hat die Deutsche trotzdem nicht. „Zwar sind 214 Meter für Frauen wohl auch möglich, doch niemand macht das, niemand trainiert das. Ich begebe mich etwa nur in Tiefen, von denen ich weiß, dass ich ganz alleine wieder nach oben kommen kann." Das dabei mögliche Worst Case-Szenario: Ohnmacht („Aus der ich aber schnell wieder aufwachen würde") oder Verletzungen des Trommelfells („Falls ich so dumm wäre, den Schmerz im Ohr bei einem fehlenden Druckausgleich zu lange zu ignorieren"). Ihre „gefährlichste" Sportart siedelt von Bötticher im Bereich des gefrorenen Wassers an: auf verschneiten Berghängen. „Ich liebe das Hardboot-Snowboarden und stehe drauf, mit extremer Kurvenlage eine möglichst steile, harte Piste hinunterzufliegen. Knochenbrüche und Kollisionen sind dabei niemals auszuschließen, zum Glück ist es bis jetzt aber bei blauen Flecken geblieben."

„Ein bisschen verrückt sind wir doch". Trotz überschaubarer Risken gesteht von Bötticher Apnoetauchern letztendlich doch ein gerüttelt Maß an Verrücktheit zu. „Ja, das sind wir schon – allerdings nur auf die beste Weise", so die 41-Jährige. „Wir lieben es eben, Neues über uns und unsere Möglichkeiten zu erfahren. Keiner weiß, was der Mensch auf diesem Gebiet kann, wir wissen es sogar selbst nicht. Die Wissenschaftler haben es inzwischen aufgegeben, Grenzen zu prognostizieren, da diese permanent überschritten werden. Sie schütteln nur den Kopf und nutzen uns als – verrückte – Forschungsobjekte."
Die Rolle als Versuchskaninchen füllt von Bötticher dabei nur allzu gerne aus. „In 100 Meter Tiefe anzukommen, nur mit der Luft in meiner Lunge, dort unten keinen Stress zu empfinden, keine Angst, ist unbeschreiblich. Das tiefe Blau des Wassers in diesem Moment werde ich wohl nie vergessen." Erlebnisse, die ab und an sogar als spirituell wahrgenommen werden. Von Bötticher: „Da gibt es schon Augenblicke, wo man sich denkt, hier bin ich, in diesem Universum, als kleiner Teil von allem. Hie und da lösen sich die Grenzen im wahrsten Wortsinn auf." Entrückt anmutende Szenen wie in Luc Bessons eingangs erwähntem „Im Rausch der Tiefe" (der Hauptdarsteller erliegt nachts dem Ruf des Meeres; seinen Schwimm-/Tauchübungen schließt sich ein Trupp Delfine an) wertet die Deutsche zwar als

ANNA VON BÖTTICHER: IHRE REKORDE

Konstantes Gewicht: 60 Meter
Konstantes Gewicht ohne Flossen: 40 Meter
Free Immersion: 53 Meter
Variables Gewicht: 100 Meter
Streckentauchen mit Flossen: 164 Meter
Zeittauchen: 6 Min., 12 Sek.

„nicht so realistisch", Begegnungen mit Meeresbewohnern kämen aber trotzdem immer wieder mal vor. „In Dahab spulten wir viele Trainingseinheiten im Blue Hole, einem kreisrunden Loch im Riff, ab. In 60 Metern lebt dort eine Schule von Thunfischen – und wenn man im freien Fall heruntersinkt, die Augen öffnet und plötzlich die Thunfische um sich herum hat, weiß man: ich bin tief. Einfach wunderschön." Selbst größere Exemplare schauten bereits auf eine von Bötticher-Stippvisite vorbei. „Während der Weltmeisterschaft in Sharm El Sheikh kam einmal in der Dämmerung ein großer Longimanus, ein Hochseehai, auf Besuch. Er schwamm um unsere Leinen herum, dann war er weg."

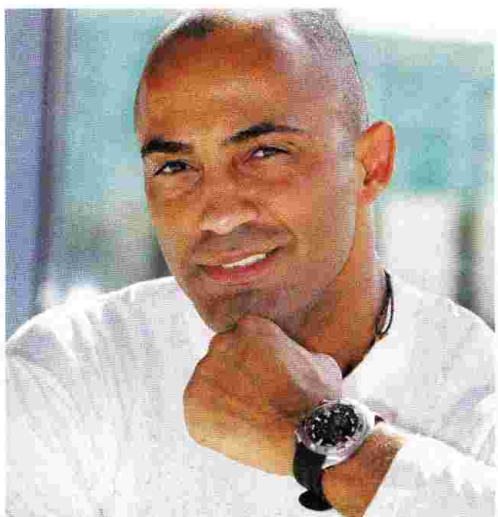
Schlimmste Qual: Kaffee-Verzicht. Das Erreichen von Höchstleistungen im Apnoesport bedingt klarerweise eine disziplinierte Lebensführung, die von Bötticher augenscheinlich keine Sorgenfalten bereitet. „Ich lebe ohnehin relativ bewusst, betreibe schon immer Sport und ernähre mich deswegen halbwegs gesund. Wenn ich in der Wettkampfvorbereitung bin, achte ich natürlich mehr darauf – und dabei fällt mir weniger das Weglassen von Köstlichkeiten schwer, sondern die Tatsache, dass ich Kohlehydrate in mich hineinschaufeln muss." Einziges Negativum: In diesen Phasen hat von Bötticher auf Kaffee zu verzichten – für sie ein mittleres Horror-Szenario. „Okay, das ist wirklich schlimm." Ebenfalls schlimm: Im Gegensatz zu anderen Sportarten sind Apnoetaucher „arme Schlucker". Von Bötticher: „Von Sponsoren kann bei uns keiner leben, höchstens vom Unterrichten. Ich zum Beispiel unterrichte nur aus Spaß, um etwas von meiner Leidenschaft weiterzugeben – nicht, um damit meinen Lebensunterhalt zu verdienen." Die Geldknappheit bringt jedoch sogar Positives mit sich. „Alle sind aus reiner Begeisterung dabei, es ist überhaupt keine Ellbogengesellschaft. Im Gegenteil: Da man ja immer jemanden zum Sichern braucht, sind wir für jedes bisschen Training aufeinander angewiesen, verlassen uns vollkommen auf den anderen – auch auf den direkten Konkurrenten. Das ist bei uns normal und schafft eine einmalige, sehr schöne Atmosphäre."

Wie lange sie sich dieser schönen Atmosphäre noch hingibt? „Keine Ahnung, wie lang ich aktiv im Wettkampf bleibe. Tauchen werde ich auf die eine oder andere Weise aber wohl immer." Ein ganz persönliches Ziel schwebt von Bötticher aber noch vor Augen: das Erreichen von 130 Meter Tiefe ohne Sauerstoff. „Als ich am Anfang meiner Apnoekarriere stand, hat mal jemand zu mir gesagt: Jetzt bist du bestimmt tiefer ohne Flaschen als mit. Damals habe ich gelacht und geantwortet: Das ist unmöglich, diese Tiefe kann ich mit einem Atemzug nie packen. Nun bin ich letztes Jahr nach nur drei Trainingstauchgängen bei 100 Meter angekommen – da ist noch Luft!"

Auch noch unerfüllte Tauchträume sind für die Deutsche keine Schäume. „Es gibt Orte, die ich gerne mit einem Atemzug erleben würde. Etwa das Wrack der Thistlegrom. Oder Schwimmen mit Walen und großen Haien. Hmmm ... da fällt mir ständig Neues ein!"

SHARK MASTER 1000 MT: SECTOR NO LIMITS ZEIGT ZÄHNE

Die Marke Sector No Limits ist seit jeher verbunden mit extrem sportlichen Herausforderungen. Dieses Image beruht nicht zuletzt auf den Leistungen des Sector No Limits-Teams, einer Gruppe von Extrem-Sportlern.
Neuestes Mitglied des No Limits-Teams ist **Patrick Musimu**. Dem 39-jährigen Extremsportler gelang es 2005 als erstem Mensch überhaupt, mit nur einem Atemzug in eine Tiefe von 209,6 m zu tauchen. Dieser Rekord hat noch heute Bestand. Aus dieser Begeisterung für das Extrem-Tauchen heraus entwickelte Sector die neue Kollektion Shark Master, bestehend aus insgesamt sechs Modellen. Musimu stand bei der Entwicklung der neuen **Shark Master 1000 MT** Pate. Die Shark Master 1000 MT ist – wie der Name verrät – für Tauchgänge bis 1000 m Tiefe ausgerichtet, ein Spitzenwert, den nur wenige Uhren erreichen. Das massive Gehäuse hält einem Wasserdruck von bis zu einhundert Bar stand.



WERBUNG