

SK Apnoe 2, 04.-05.09.2010 in Waldeck

Am vergangenen Wochenende fand mit dem ersten Apnoe SK 2 am Edersee eine Weltpremiere statt. Dank Carsten Herter, dem Basisleiter der Tauchbasis Edersee in Waldeck mussten die 12 Teilnehmer mal nicht – wie fast immer – nach Mittelhessen reisen, sondern in den Nationalpark Kellerwald-Edersee.

Samstag um 10:00 empfing uns Theo Schefer unter freiem Himmel auf der Basis. Nach der üblichen Vorstellungsrunde und einem Überblick über den Seminarablauf erwartete uns die erste Theorieeinheit von Volkmar Körner über alles was es beim Apnoetauchen zu beachten gilt, insbesondere die richtige Sicherung, denn auch beim Apnoetauchen muss der Partner immer bereit sein, jederzeit rettend einzugreifen.

Danach ging es im Konvoi zum Tauchplatz „Sitte“, wo Carsten bereits am Vortag alles für unser Event vorbereitet hatte.

Zum Apnoe gehören jedoch nicht nur Theorie und das Tauchen mit ABC-Ausrüstung, sondern auch die notwendige Ruhe und Entspannung vor dem Tauchen.

So breiteten wir mitten auf dem Parkplatz unsere mitgebrachten Matten aus und übten uns unter der Anleitung von Volkmar in zielgerichteter Atmung, Dehnung und Entspannung.

Nun ging es endlich in den See: An 3 Stationen (Strecke und Tieftauchen 5 und 10 Meter) unterzogen wir unsere Ohren unter der Aufsicht von Theo, Frank Stoppacher und Volkmar einer ersten Belastungsprobe.

Außerdem mussten wir feststellen, dass die Einschätzungen bezüglich Sichtweiten deutlich voneinander abweichen können: Laut Carsten war die Sicht super, tatsächlich war ab 5 Metern die Sicherung des Partners nur schwer, wenn überhaupt möglich und die „Dunkelzone“ setzte bereits bei 10 Metern ein – ein zusätzlicher Stressfaktor.

Zurück an der Basis nach einer reichhaltigen Brotzeit erwartete uns die 2. Theorieeinheit mit apnoespezifischer Medizin, den 10 Regeln des Apnoetauchens sowie Ausrüstungskunde.

Die 2. Praxiseinheit begann wie schon am Vormittag mit einer „entspannungsgeladenen“ Atmungs- und Dehnungseinheit von Theo, bevor wir uns wieder – aufgrund von Ohrenproblemen leider nur noch zu elft – in die trüben Fluten des Edersees stürzten. Diesmal wurden die Anforderungen noch gesteigert, so dass einige bereits an den für Apnoe Silber erforderlichen Grenzen von 20 m Strecke in 5 Metern Tiefe und 15 m Tieftauchen kratzten.

Dank der hervorragenden Organisation von Carsten und des schönen Wetters konnten wir - kaum zurück an der Basis - den erfolgreichen Tag mit einem Grillabend ausklingen lassen. Aufgrund der angespannten Unterkunftssituation in Waldeck

mussten einige noch weite Reisen zur Unterkunft nach Bad Wildungen oder Korbach auf sich nehmen, so dass alle zeitig im Bett waren (vermutlich).

War auch gut so, denn am 2. Seminartag ging es bereits um 09:30 los. Diesmal ohne Theorie genossen wir wiederum eine sehr angenehme Entspannungseinheit, diesmal von Susanna, einer der 3 Teilnehmerinnen. (Ist Apnoe etwa ein Männersport?)

Für die 3. Praxiseinheit hatten sich einige Teilnehmer zum Ziel gesetzt, die für Apnoe Silber erforderlichen Freiwasserdisziplinen zu schaffen oder sogar noch zu übertreffen und die Tauchlehrer setzten auch alles daran uns dafür zu motivieren, jeder musste ran, kneifen gab es nicht.

Besonders beeindruckend war, mit welcher Leichtigkeit sich Volkmar und Frank beim Tieftauchen hinter jedem Teilnehmer in die Dunkelheit stürzten, um vorher auf Tiefe zu sein aber auch lange nach jedem Teilnehmer wieder an der Oberfläche aufzutauchen. Vielfach waren wir kurz davor, uns selbst auf die Suche nach den TLs zu machen. Auch Theo tauchte beim Streckentauchen mehrfach an vorher nicht vermuteten Stellen auf.

Nachdem alle Ihre gesteckten Ziele erfüllt oder übertroffen hatten fuhren wir frohen Mutes, bei strahlendem Sonnenschein zurück an die Basis um Unterschriften, Stempel und Aufkleber in Empfang zu nehmen.

Wir hoffen es ging allen so, aber uns hat die Veranstaltung einen riesigen Spaß gemacht, wengleich die nächsten Tage der intensiven Ohrenpflege gewidmet werden.

Der Edersee inmitten der schönen Landschaft und die Tauchbasis Edersee waren als Austragungsort sehr gut für den SK Apnoe 2 geeignet, wengleich wir auch viel Glück mit dem Wetter hatten. Übungen inmitten von Pfützen auf dem Parkplatz „Sitte“ hätten sicherlich sehr viel weniger zur Entspannung bei getragen.

Alles in Allem erlebten wir dank der guten Organisation und den sehr sympatischen Ausbildern eine gelungene Veranstaltung, die richtig Lust macht, neue Herausforderungen im Apnoebereich zu suchen und seine eigenen Grenzen zu erweitern.

Volker Knuhr + Sibylle Fuchs