

Der PIONIER im Freitauchen

Der Österreicher Herbert Nitsch ist der beste Freitaucher der Welt. Er ist der Champion und Pionier im Apnoetauchen und gilt in der Szene schon heute als eine Legende. Im Jahr 2010 erreichte er eine unglaubliche Tiefe von 214 Metern und somit den Weltrekord im Freitauchen. Am 6. Juni 2012 übertraf Nitsch seinen eigenen Rekord mit einem Sprung auf 249,5 Meter. Er hat bereits 32 Weltrekorde in allen 8 unterschiedlichen AIDA Disziplinen des Freitauchens zu verbuchen. Herbert hat auch einen speziellen Weltrekord in Skandalopetra, wobei der Taucher nur mit einem Stein (ohne Tauchanzug und ohne Brille) in die Tiefe taucht.

Foto: Phil Simba

MAG. DORIS WEBER

ATEMBERAUBEND SIND die Leistungen des Apnoetauchers Herbert Nitsch. Mit speziellen Atemtechniken erkundet er ohne Tauchflaschen die Tiefen des Ozeans.

Seinen Atem kann er mehr als 9 Minuten anhalten. Als erstem Menschen gelang es ihm, ohne Tauchflaschen in diese Tiefen vorzudringen – und lebend zurückzukehren.

Lange Zeit hielten es Mediziner für unmöglich, ohne Atemgerät tiefer als 50 Meter zu gehen. 1976 schaffte der Franzose Jacques Mayol als Erster die 100 Meter.

Die einzigartige Freitauch-Karriere von Nitsch begann durch einen reinen Zufall. Im Jahr 1998, während er auf dem Weg zu einer Tauchgang-Safari war, ging seine Tauchausrüstung auf der Durchreise verloren. So schnorchelte er während seines gesamten Urlaubes, anstatt zu tauchen. Nitsch war von der Natur dieser Sportart sofort fasziniert und entdeckte sehr schnell seine Begabung für das Freitauchen. Im Laufe der Jahre entwickelte er seine eigenen Freitauch-Techniken. Nitsch arbeitet zusammen mit einem wissenschaftlichen Beirat und Ärzten, denn bisher gibt es sehr wenig wissenschaftliche Forschungen auf die physiologischen Wirkungen dieser Sportart.

Die spektakulärste Disziplin im Freitauchen nennt sich „No Limit“. Bei dieser Disziplin wird der Taucher von einem speziellen Tauchschlitten luftanhaltend in die Tiefe gezogen und dann zurück an die Oberfläche. Diese riskante Freitauch-Disziplin ist immer auch ein medizinischer Test: Was kann der menschliche Körper aushalten?

Die größte Herausforderung ist, die Luft anzuhalten und den Wasserdruck auszuhalten. Nitsch hat ein Lungenvolumen von zehn Litern. Dieses kann er um fünf Liter mit einer speziellen Atemtechnik auf 15 Liter steigern (ein durchschnittlich Erwachsener hat ein Volumen von ca. vier Litern). Der Wasserdruck wächst pro zehn Meter um ein Bar. So lasten auf dem Taucher in 214 Metern Tiefe mehrere Tonnen. Tiefer als 160 Meter wagten es bis heute außer Nitsch nur vier Menschen.

Sicherheit hat für Herbert Nitsch oberste Priorität, immerhin geht es um sein Leben. So gibt es vor jedem Tauchgang eine detaillierte Planung und Analyse. Diese sicherheitsrelevante und risikovermeidende Haltung hilft ihm, seine ehrgeizigen Ziele im Freitauchen zu erreichen. Darüber hinaus ist er daran interessiert, über jedes technische Detail seiner Ausrüstung Bescheid zu wissen. In der Szene der Freitaucher gilt Nitsch als besonders risikovermeidend und übervorsichtig. „Wenn ich bewusst etwas mache, das ein gewisses Risiko birgt und versuche, die Risiken ernsthaft zu minimieren, ist die Sache aber wesentlich sicherer als der Alltag“, so Nitsch.

6. Juni 2012, Santorini

Das Meer, seine große Leidenschaft, wurde ihm am 6. Juni 2012 zum Verhängnis. Er erreichte eine Tiefe von 249,5 Metern und somit erneut Weltrekord. Auf dem Weg zurück, in ca. 100 Meter Tiefe, verlor er das Bewusstsein durch Stickstoffnarkose. Der Schlitten, an dem er festgeschnallt war, von dem er absteigen und selbstständig auftauchen wollte, raste viel zu schnell Richtung Wasseroberfläche und der geplante Dekompressionsstopp blieb aus. Der Schlitten blieb automatisch auf 10 Metern Tiefe beim Auftauchen stehen,

wo Herbert noch eine Minute luftanhaltend auf Dekompressionsstopp verharren wollte.

Auf Grund der Ohnmacht haben die Sicherheitstaucher Herbert sofort an die Wasseroberfläche gebracht, ohne eine Minute Deko-Stopp zu machen, währenddessen er wieder zu Bewusstsein gekommen ist. Sofort beim Auftauchen hat Herbert nach einer Tauchermaske und 100 % Sauerstoff verlangt, um damit sofort wieder für 20 Minuten auf 6 Meter abzutauchen, um die Taucherkrankheit zu minimieren. Dennoch waren die Taucherkrankheit (Dekompressionskrankheit) und mehrere Schlaganfälle die Folge.

Sein Sicherheitsbewusstsein und die detaillierte Planung bezüglich eventuell eintretender Komplikationen und die damit einhergehende medizinische Akutversorgung retteten ihm das Leben!

Nach einer Woche Aufenthalt im Krankenhaus von Athen, wo er mehrmals in der Dekompressionskammer war, ging es weiter nach Murnau in Süddeutschland für eine einmonatige Therapie. Gefolgt von weiteren Monaten der Rehabilitation in Wien. Herbert Nitsch musste wieder lernen, zu gehen, zu sehen, zu sprechen und sich zu bewegen.

Nach einem Tief entschied sich Nitsch, sein Leben wieder in die Hand zu nehmen. Der Gedanke ein Leben lang auf fremde Hilfe angewiesen zu sein, war für ihn unvorstellbar und ließ ihn hart an sich arbeiten.

„Ich begann eine gesunde Lebensweise, machte viel Bewegung und hörte auf meine eigene Intuition“, so Nitsch und nahm die gleiche Haltung ein, die er auch im Freitauchen verwendet: „Grenzen überwinden, weitere Erkundung des menschlichen Potentials und neue Grenzen setzen, wo wir dachten, wir wissen schon alles.“

Inzwischen kann er ohne schmerzliche Erinnerung zurückblicken. Er sieht das Datum nicht als katastrophale Wende seines Lebens, sondern blickt seiner Zukunft mit Zuversicht entgegen.

Bis auf einige körperliche Herausforderungen in Bezug auf Koordination und Sprechen, die typischen Folgen von neurologischen Schäden, geht es Herbert Nitsch wieder gut. Im Jänner und Februar des heurigen Jahres machte er mit seinem Vater eine Reise in den Südpazifik, wo er wieder mit dem Freitauchen begann. „Es fühlt sich großartig an, zurück im Wasser zu sein.“

In den kommenden Monaten sind Vorträge der Schwerpunkt für Nitsch, verbunden mit mehr Reisen und der Entwicklung neuer Ideen im Zusammenhang mit der Unterwasserwelt.

„Ich plane, mehr für den Schutz der Ozeane zu arbeiten und eine neue Art von U-Booten zu entwerfen, um Ozeane auf neuen Wegen zu erkunden.“

GEWINNSPIEL

Casino Velden und Sportmental verlosen 3x2 Eintrittskarten für den Vortrag von Herbert Nitsch am 9. Oktober 2013 um 19:30 Uhr im Casino Velden.

Anmeldung: E-Mail an: office@sportmental-magazin.at
Betreff: Vortrag Herbert Nitsch

Bitte geben Sie Ihren Namen, Adresse, E-Mail und Telefonnummer an – damit wir die Gewinner verständigen können.

Einsendeschluss ist der 20.9. 2013

(keine Barabläse möglich, der Rechtsweg ist ausgeschlossen)



Copyright: Herbert Nitsch

IM GESPRÄCH mit Herbert Nitsch

Talent oder Training – wie schafft man es, 9 Minuten die Luft anzuhalten?

Jeder kann mit etwas Training lernen, die Luft länger anzuhalten. Wenn dann noch positive physiologische Voraussetzungen vorhanden sind, sind auch 9 Minuten möglich.

Kann jeder Apnoetauchen lernen? Ja!

Wie bereiten Sie sich körperlich und mental auf einen Tauchgang vor?

Für Tauchen „just for fun“ überhaupt nicht. Für einen Wettbewerbs- oder Rekordtauchgang wird ein paar Wochen vorher vor allem mein Ausdauertraining forciert. Mental ist Konzentration mit völligem Ausschalten der Umwelt Voraussetzung.

Wie haben Sie sich während Ihrer Rehabilitation motiviert? Wer oder was gab Ihnen die Kraft, nicht aufzugeben?

Als ich meinen körperlichen Zustand erfasste, war ich nahe daran, mich aufzugeben. Erst als ich Fortschritte feststellte, fasste ich wieder Mut und verbiss mich in die Rehabübungen.

Was fasziniert Sie am meisten an der Unterwasserwelt?

Die Schwerelosigkeit, die Vielfalt der Fauna und Flora.

Ihr schönstes Erlebnis Unterwasser?

Fällt mir im Moment nicht ein, weil jeder Tauchgang wieder neue Eindrücke bringt.

Worin liegt der Reiz immer tiefer und tiefer zu tauchen?

Es geht darum, seine eigenen Limits zu verschieben um zu sehen, wie weit das geht. Wenn das eigene Limit nahe an einem Weltrekord liegt, ist das natürlich eine zusätzliche Motivation.

Hatten Sie nie Angst vor den Tiefen des Meeres?

Angst ist für mich nicht das richtige

Wort. Ich habe Respekt vor den Gewalten der Natur.

Was sind Ihre Pläne für die Zukunft? Streben Sie einen weiteren Weltrekord an?

Selbst meinem früheren Tiefenrekord von 214 Metern ist noch niemand nahe gekommen. Ich kann mich also ohne neuen Rekordversuch als unangefochtener „Deepest Man on Earth“ zurücklehnen. Ich werde weiter tauchen, Unterwasser fotografieren und filmen, ein Sachbuch über Freitauchen verfassen und mich – die Mittel oder Sponsoren vorausgesetzt – mit der Konstruktion und dem Bau eines U-Boots für große Tiefen befassen.

Was ist Ihr persönliches Lebensmotto?

Meine Ziele konsequent verfolgen, wo auch immer sie mich hinführen und den Weg genießen.

Herzlichen Dank für das Gespräch!



Edle Sportmode

MASSIVE SPORT, ein Tiroler Unternehmen, führt seit Herbst 2012 ein Golf- und Sportfachgeschäft in Klagenfurt am Wörthersee.

Geschäftsführer Christian Widmann, ehemaliger österreichischer Golfkaderspieler und Golfprofessional, bietet in seinem Fachgeschäft hochwertige Golf-, Lauf-, Wander- und Schwimmsportartikel an.

Besonders stolz ist Herr Widmann auf den ca. 60 qm großen „CHERVO“ Golf Corner sowie einer „CHERVO SPECIAL OFFER AREA“, welche derzeit in Österreich einzigartig ist – Schnäppchen bis zu 50 % warten das ganze Jahr auf Sie.

Neben der Marke CHERVO führt MASSIVE SPORT auch die Golfmarken Nike, FOOTJOY, Wilson, Titleist, Brax, welche das Sortiment von Bekleidung bis Zubehör abrunden.

Ein weiteres Highlight sind die neuen Laufschuhe der Firma „ON-RUNNING“ aus der Schweiz. Durch ein einzigartiges Dämpfungssystem läuft man wie auf Wolken – Cloudrunner! Schon immer geträumt davon, beim Laufen weich zu landen und kraftvoll abzustossen? Dann sind Sie



mit dem „ON Laufschuh“ an der ersten Adresse. Derzeit bietet nur MASSIVE SPORT, als einziger Fachhändler in Klagenfurt, die heißbegehrten Schuhe an.

Natürlich darf das Segment „Schwimm- und Wandersport“ am schönen Wörthersee nicht fehlen. Mit „SPEEDO“, der Nummer 1 im Schwimmsport, bietet das Fachgeschäft von Badeanzügen, Herrenshorts über Brillen und sonstigem Zubehör so ziemlich alles an, was ein Schwimmsportler benötigt. Es wurde auch hier wieder Wert auf allerhöchste Qualität gelegt.

Für eine optimale Sortimentsabrundung im Bereich Wandersport sorgen die Marken „Icepeak“ und „Campagnolo“ mit einem perfekten Preis-Leistungs-Verhältnis. //

MASSIVE
MASSIVE SPORT

GOLF- SPORTSHOP
NEU IN KLAGENFURT AM DOMPLATZ
WWW.MASSIVESPORT.AT
facebook.com/massivesport.at



KONTAKT

Massive Sport
Paulitschgasse 11
9020 Klagenfurt
E-Mail: cw@massivesport.at
www.massivesport.at

Anzeige