



Mit der Rettungspuppe ins Ziel

Die Rettungspuppe, die von dieser Teilnehmerin in Schleppe genommen worden ist, wiegt stattliche 60 Kilogramm.

FOTOS: MILENA SCHWÖGE

VON MILENA SCHWÖGE

Hambergen. „Auf die Plätze“, hallt es durch das Schwimmbad. Dann folgt der Startpfeiff. Der Kampf um die beste Zeit beginnt. Gefolgt von den gespannten Blicken ihrer Mitstreiter, springen die Rettungsschwimmer vom Startblock ins Becken und steuern im Tauchgang das unter Wasser liegende netzartige Hindernis an. Das Hindernisschwimmen ist nur eine von vielen Disziplinen, in den sich rund 360 Teilnehmer bei der DLRG-Bezirksmeisterschaft in Hambergen messen. Junge und alte Rettungsschwimmer aus den Landkreisen Cuxhaven und Osterholz reisten schon am frühen Morgen an, um ihr vorübergehendes Quartier in der KGS zu beziehen und sich auf den großen Wettkampftag vorzubereiten.

„Mit der Bezirksmeisterschaft möchten wir der DLRG insgesamt ein sportlicheres Image geben. Das Kernthema, Menschenleben zu retten, steht aber nach wie vor im Vordergrund“, betont Niclas Brünjes von der Hamberger DLRG-Ortsgruppe. Der Bezirk Cuxhaven-Osterholz bestehe derzeit aus 15 Ortsgruppen mit mehr als 6000 Mitgliedern. „Wir haben in diesem Jahr sogar 100 Teilnehmer mehr als erwartet. Die Ortsgruppen aus Stade und Bremen-Nord nehmen als Gäste am Wettkampf teil“, freut sich Brünjes.

Meisterschaften der DLRG im Rettungsschwimmen fänden sowohl auf regionaler und nationaler als auch internationaler Ebene statt. „Die Teilnehmer treten in Einzel- und Mannschaftswettkämpfen getrennt nach Geschlecht und Altersklasse an“, erklärt Brünjes. Die einzelnen Disziplinen seien an Rettungsschwimmereinsätzen orientiert und so angelegt, dass sie die Einsatzbereitschaft sowie die Leistungsfähigkeit der Teilnehmer förderten. „Es gibt verschiedene Herausforderungen wie das Hindernisschwimmen, das Retten einer Puppe oder auch das Schwimmen mit Flossen oder dem Gurtretter“, fügt Brünjes hinzu.

Beim Mannschaftswettkampf müssen die Teilnehmer die Disziplinen als Staffel meistern. Allein die mit Wasser gefüllte und knapp 60 Kilogramm schwere Rettungspuppe 25 Meter durch das Wasser zu ziehen erfordere eine große körperliche Anstrengung. Einen besonderen Schwierigkeitsgrad weise der Super-Lifesafer auf, bei dem Teilnehmer ab 17 Jahren rund 200 Meter im Wasser zurücklegen müssten.

Ricarda Koppenstein vorn

Bei den weiblichen Teilnehmern kann Ricarda Koppenstein aus Hagen mit 3:01 Minuten das Rennen für sich entscheiden. Der schnellste männliche Super-Lifesafer ist Marvin Schenk mit 2:33 Minuten, dicht gefolgt vom Osterholz-Scharmbecker Christian Zurbelle mit 2:41 Minuten. Knapp vier Monate habe die Hamberger DLRG-Ortsgruppe für die diesjährige Bezirksmeisterschaft trainiert. Denn wer überzeugt und als erster oder zweiter Sieger aus dem Wettbewerb hervorgeht, qualifiziert sich automatisch für die Landesmeisterschaften Ende April.

Gritje Behrens und Kim-Laura Meyer schwimmen am liebsten im Team. Schon als Kleinkinder waren die beiden Mädchen aus Lilienthal fasziniert vom Wasser. Nach dem Seepferdchen folgten die Jugendschwimmabzeichen Bronze, Silber und Gold. Darüber hinaus sind die Mädchen im Besitz des silbernen Rettungsschwimmabzeichens, das für die Schwimmsportler der DLRG Pflicht ist. „Die Wettkämpfe machen einfach Spaß. Durch das gemeinsame Schwimmen entwickelt man Vertrauen zu den anderen. Wir sind wie eine große Familie“, freut sich Behrens. Dennoch dürfe auch ein gesundes Maß an Ehrgeiz bei den Meisterschaften nicht fehlen.

Wie man Menschen in einer Notsituation aus dem Wasser rettet, haben die 14-Jährigen in der Theorie gelernt. Angst, mal im Ernstfall einen Fehler zu begehen, haben sie nicht. Sie wissen über die Grundlagen des Herz-Kreislauf-Systems Bescheid, können Befreiungsgriffe anwenden und kennen die Gefahren, die im Wasser lauern. Mit ihren Zeiten im Einzel- und im Mannschaftsschwimmen sind beide Mädchen zufrieden. Behrens, die im Vorjahr unter elf Teilnehmerinnen den zweiten Platz beim Einzelschwimmen belegt hat, freut sich diesmal über Platz drei. In der Altersklasse der 15- und 16-Jährigen belegt die Ortsgruppe Lilienthal hinter dem Hagener DLRG-Team den zweiten Platz und kann sich dadurch ebenfalls für die Landesmeisterschaft qualifizieren.

Für Doris Wrieden hat sich die Mitgliedschaft in der Wasserrettungsorganisation spontan ergeben. Nachdem sie 2011 bei der DLRG den Sportbootführerschein gemacht hatte, entschloss sie sich kurzfristig dazu, auch als Rettungsschwimmerin aktiv zu werden. „Ich bin ein Späteinsteiger“, sagt sie mit einem Schmunzeln. Zwei Mal pro Woche trainiert die Osterholz-Scharmbeckerin. Mit ihren 69 Jahren ist sie die älteste Teilnehmerin bei der Bezirksmeisterschaft.

Auch Evelyn Schoppenhauer aus Loxstedt begegnet der Herausforderung mit einer gesunden Mischung aus Spaß und Ehrgeiz und schätzt vor allem das Gemeinschaftsgefühl unter den DLRG-Mitgliedern. Die 67-Jährige ist sogar stolze Trägerin eines Weltmeistertitels. „Ich schwimme noch solange bei Wettkämpfen mit, bis ich vom Startblock falle“, sagte sie und lacht. Trotz der fehlenden Konkurrenz freuen sich beide am Ende des Wettkampfes über Platz eins in ihrer jeweiligen Altersklasse.

Medaillengewinner im Einzelwettbewerb

Weiblich

AK 10: Rieke Hinners, Katharina Hülseberg, Mia Nachtigall; **AK 12:** Sigrun Dause, Bianca Brödys, Liv Bloß; **AK 13/14:** Leonie Feber, Sonja Busch, Pia Marritt Huber; **AK 15/16:** Ida Beneke, Katharina Jäger, Gritje Behrens; **AK 17/18:** Ricarda Koppenstein, Sophia Hoyer, Anna Hoyer; **AK offen:** Maria Kosch, Wienke Hollenberg, Ronja Hötting-de Wolff; **AK 25:** Anne Schneider, Jessica Stiewer; **AK 30:** Anne Henkel, Franziska von Moeller, Linda Schoppenhauer; **AK 35:** Janina Rahders, Nicole Gebert, Dagmar Frank; **AK 40:** Nicole Mietzner, Michaela Raschkowski, Katja Wätjen; **AK 45:** Ramona Schlemmermeyer, Claudia Brödys, Anja Aladorf; **AK 55:** Sabine Riehl; **AK 65:** Evelyn Schoppenhauer; **AK 70:** Doris Wrieden

den

Männlich

AK 10: Thorben Brödys, Moritz Wädjen, Laurenz Taggruber; **AK 12:** Noah Hanuschek, Niklas Meyer, Michael Bogdanovic; **AK 13/14:** Cedric Krause, Dennis Armin Zonneveld Quiroga, Dominik Lordan; **AK 15/16:** Leon Kahle, Thore Riel, Jendrik Krause; **AK 17/18:** Rune Bödecker, Mathis Zelt, Finn Sprengel; **AK offen:** Marvin Schenk, Alexander Florian Lordan, Christian Zurbelle; **AK 25:** Marc Manzi, Lars Schumacher; **AK 35:** Bernhard Kropp, Carsten Schramek; **AK 40:** Tobias Kohl; **AK 45:** Ralf Hentze, Holger Krause, Joachim Brödys; **AK 50:** Ralf Lordan, Thomas Klie, Jens Behnken-Mross

Medaillengewinner im Teamwettbewerb

Weiblich

AK 10: Hagen; **AK 12:** Hagen, Otterndorf III, Otterndorf II; **AK 13/14:** Osterholz-Scharmbeck, Otterndorf, Hagen; **AK 15/16:** Hagen, Lilienthal, Otterndorf; **AK 17/18:** Hagen; **AK Offen:** Hagen I, Hagen II, Otterndorf; **AK 100:** Hagen I, Hagen II; **AK 120:** Hagen; **AK 140:** Lilienthal; **AK 170:** Osterholz-Scharmbeck; **AK 200:** Hagen, Osterholz-Scharmbeck

Männlich

AK 10: Osterholz-Scharmbeck I, Osterholz-Scharmbeck II, Hagen II; **AK 12:** Hagen, Osterholz-Scharmbeck, Hambergen I; **AK 13/14:** Osterholz-Scharmbeck I, Hagen, Osterholz-Scharmbeck II; **AK 15/16:** Hagen, Osterholz-Scharmbeck, Otterndorf; **AK 17/18:** Hagen, Dorum, Cuxhaven; **AK offen:** Hagen I, Osterholz-Scharmbeck, Otterndorf; **AK 140:** Osterholz-Scharmbeck; **AK 170:** Osterholz-Scharmbeck; **AK 200:** Hagen



Kampfrichter beobachteten und protokollierten das Wettkampfgesehen.

MLS