

# Respekt ja, Angst nein

Langstreckenschwimmerin Birte Kressdorf startet am Montag mit einer Staffel zur Ärmelkanal-Querung

VON KATHRIN LIENIG

**Göttingen.** Birte Kressdorf ist gleichermaßen nervös, angespannt und voller Vorfreude: Am kommenden Montag kann sie – wenn es die Wetterverhältnisse zulassen – in der Nähe von Dover ins Wasser steigen und mit drei weiteren Langstreckenschwimmern das Unternehmen „Ärmelkanal-Querung“ starten. Am gestrigen Freitag ist sie mit dem Auto in Richtung britische Insel aufgebrochen, um das lange geplante Abenteuer anzugehen. Ein Zeitfenster von einer Woche steht dem Quartett von Montag an zur Verfügung, um sich auf die 33 Kilometer lange Strecke bis an die französische Küste zu machen.

Ihr Trainingspensum hat die 24-Jährige in den vergangenen Monaten verdoppelt. Acht wöchentliche Einheiten im Wasser (jeweils zwei Stunden) sowie viermal Trockentraining (Kraft,

Laufen, Dehnen) hat sie Physikstudentin in ihre Tagesabläufe eingebaut. „Eigentlich hatte ich ja eine Bodensee-Querung im Blick, dann habe ich



**Birte Kressdorf**

über eine Langstreckenseite bei Facebook jemanden gefunden, der Mitschwimmer für eine Staffel gesucht hat“, erzählt sie. So sind aus zwölf Kilometern durch Deutschlands größten Binnensee eben 33 durch eine der meist befahrensten Wasserstraßen Europas geworden. Und es wird für die Gruppe sicherlich ein noch



Versorgung im Wasser: Birte Kressdorf und ihre Staffelkollegen gehen gut vorbereitet bei der Ärmelkanal-Querung an den Start.

EF

längerer Weg als der direkte von Ufer zu Ufer. „Die Strömungen sind heftig, es können uns Qualen ärgern, die Wassertemperatur liegt zurzeit bei 17 Grad und die Wellen sind mindestens 50 Zentimeter hoch, können aber auch zwei Meter erreichen“, nennt die Masters-Studentin beeindruckende Rahmenbedingungen. Erlaubt sind eine Schwimmbrille, bei Dunkelheit eine wasserfeste Leuchte und Ohrenstöpsel. Der Neoprenanzug bleibt zu Hause, geschwommen wird im herkömmlichen Badeanzug. „Da hilft dann nur Biopren – eine Schutzschicht aus

Vaseline auf der Haut, die immer wieder erneuert werden kann.“

Härtetests gab es im Vorfeld einige. Vor der Freibadsaison ist Kressdorf im unbeheizten Becken des Brauweg-Freibades am frühen Morgen geschwommen. Hinzu kamen viele Freiwasser-Wettkämpfe der Waspo-08-Schwimmerin. In Köln hat sie sich mit den drei anderen Staffelteilnehmern Jörg Büttner, Nadja Karlson und Andreas Farrenkopf bei einem Rennen getroffen. In 15,1 Grad kaltem Wasser hielt sie die zwölf Kilometer durch. „Nachher waren Füße und Unterarme total taub. Die, die nur

im Badeanzug geschwommen sind, wurden zwischendrin immer wieder angesprochen. Wir mussten unsere Telefonnummer oder unseren Namen nennen. Damit wird kontrolliert, ob man nicht zu stark unterkühlt und noch ansprechbar ist.“

Jeweils eine Stunde wird Kressdorf im Ärmelkanal schwimmen, dann steigen nacheinander ihre drei Staffelkollegen ins Wasser – die Reihenfolge muss für die Aufnahme in die offizielle Querungs-Datenbank eingehalten werden. Drei Stunden Pause bedeuten aber nicht ein kurzes Nickerchen und komplettes Ab-

schalten. Die Teammitglieder werden unterstützt und beobachtet, ein hoher Wellengang könnte im Boot auch Kampf gegen Seekrankheit bedeuten.

Der Bootsführer ist für Querungen ausgebildet, ein offizieller Beobachter ist auch an Bord. Bei optimalen Bedingungen seien zehn Stunden Schwimmzeit realistisch, bei schwierigen Verhältnissen könnten es auch mehr als 14 werden. Angst vor der Begegnung mit großen Containerschiffen hat die Langstreckenschwimmerin nicht. „Dafür ist der Bootsführer ausgebildet. Das läuft alles über GPS“