

Selbstversuch: Synchronschwimmen

Synchronschwimmen scheint für die meisten ein sehr anspruchsvoller Sport zu sein. Ohne beliebig Luft holen zu dürfen, muss der Sportler auf die präzise Ausführung achten – und das auch noch kopfüber unter Wasser. Doch wie schwer ist dieser Wassersport wirklich? Das möchte ich mithilfe der ehemaligen Synchronschwimmerin Julia Fritz im Sportbecken des Germeringer Freibads testen.

Julia Fritz trat zehn Jahre für die Isarnixen der SG Stadtwerke München an, bis sie sich 2021 dazu entschied, mit dem Leistungssport aufzuhören. In dem gleichen Jahr hörte auch ich mit meinem Sport auf: Schwimmen. Durch meine Erfahrungen als Ex-Leistungsschwimmerin erhoffte ich mir einen kleinen Vorteil bei dem mir bisher unbekanntem Sport.

Es war circa 11 Uhr vormittags als wir in Badeanzügen und mit Schwimmbrillen vor der tieferen Seite des Pools standen. Obwohl das Wetter gut war und sich das Freibad langsam anfangen mit Gästen zu füllen, bot uns das Sportbecken genug Platz für die Schnupperstunde. Wir fingen an uns außerhalb des Wassers mit ein paar Hampelmännern und Armkreisen aufzuwärmen. Währenddessen erklärte mir Julia, wie wir gleich vorgehen würden: Zuerst zeige sie mir die Abläufe auf dem Trockenen, dann würden wir sie im Wasser ausprobieren.

Mithilfe ihrer Arme demonstrierte Julia die Bewegungen der Beine, die wir daraufhin, auf dem Rücken liegend, nachmachten. Bis dahin hatte ich keine großen Schwierigkeiten zu folgen. Mit einem gestreckten Bein würden wir Schwung für eine halbe Rolle nach hinten holen, sodass sich unser Kopf unter- und unsere Beine über Wasser befinden. In dieser Position könnte ich verschiedene Elemente ausprobieren. So weit, so gut – doch dann kam der Wasserteil. Die Rolle nach hinten schaffte ich, jedoch sah diese nicht ansatzweise so graziös wie die von Julia aus. Nachdem ich die gewünschte Position erreicht hatte, schoss mir jede Menge Wasser in die Nase und ich verschluckte mich – und das trotz meines jahrelangen Trainings im Wasser. Nachdem ich versuchte ihre Bewegungen nachzumachen, lobte sie mich. In Wirklichkeit war ich mir aber nicht sicher, wie elegant meine Ausführung wirklich wirkte. Nach circa 45 Minuten intensiven Vor- und Nachmachens ging mir die Luft aus und wir hörten auf. Ich kam zu dem Schluss, dass Synchronschwimmen nicht mein Sport war: zu viel Multitasking. Trotz dessen hatte ich Spaß bei meiner Schnupperstunde und bin dankbar für die Möglichkeit mit Julia trainiert haben zu können. Mein Respekt vor den Wassersportlern ist noch einmal gestiegen.

