

sporttaucher.net jetzt mit mit neuen Nahzielen



SEITENBLICKE:



Voller Vorfreude

„Voller Vorfreude auf Europa –“ titulierte die Luft-hansa in einer Mail die am 22. April bei mir einging.

Ja, in dieser Vorfreude verweilen wir sicher alle, die meisten seit gut einem Jahr, als der ständige Wechsel aus „Wir bleiben daheim“ und zögerlichen Öffnungen mit Hygienekonzepten, FFP2 Masken auch draußen und Schnelltests via Aldi die Inzidenzen wieder hochtrieben und sich die Schlagzeilen mit ausgehenden Intensivbetten überschlugen, derweil in ehemals verpönten Ländern das Impfen rasante Erfolge zeigte. Gestern habe ich unsere müde wirkende Bundeskanzlerin das erste Mal von der vierten Welle ab Juni warnen gehört. Dabei ist mit einem Blick auf die Intensivbetten die Dritte noch nicht einmal auf ihrem Höhepunkt. Europa, wir kommen, aber wann bleibt die große Frage.

Aktuell haben wir zwar kein Tauchverbot, aber auch kaum eine Möglichkeit, an Pressluft zu kommen (s. S. 22) oder entferntere Seen, geschweige denn Europa zu erreichen. Schlimm auch für den geplanten Scuba Guide des VDSTsporttaucher, denn viele Kioske sind geschlossen, nahezu alle an Flughäfen, was uns zwingt, unseren schon im März angekündigten Scuba-Guide zu verschieben. Geplant war Ende April parallel zur ausgefallenen boot. Jetzt haben wir ihn auf Anfang Juni verschoben - so wie die meisten Hersteller ihre Produkt-Neuvorstellungen. Einige heben diese sogar für die boot 2022 auf, „Weil wir 2021 keine Tauchsportaktivitäten mehr erleben werden.“ Derart viel Negativstimmung habt ihr von mir sicher nicht erwartet. Habe ich nach der erfolgreichen Interdive im Herbst nicht auch eine stattfindende boot im Januar propagiert? Und dann im April? Wird es Sporttauchen diesen Sommer überhaupt noch geben? Ich glaube ja. Wir vergessen schnell. Gestern gab es die Meldung, dass Greta in den zügig durchimpfenden USA wieder streikt. So schnell wie Corona die FFF Bewegung gestoppt hat, wird diese sich wieder in den medialen Vordergrund schieben, wenn Inzidenz-Zahlenspiele keine Beachtung mehr finden – selbst die Lufthansa weist auf ihre neuen energieeffizienten Flugzeuge hin: „Ihre fast 300 Passagiere bringt das umweltfreundlichste Langstreckenflugzeug (A 350) mit über 25 Prozent weniger Emissionen ans Ziel.“ Fast freue ich mich, wenn uns Greta trotzdem den Flug verbieten will, denn dann haben wir keine anderen Probleme mehr.

Dietmar W. Fuchs
Chefredakteur



INHALT:

Unser »neuer« Titel

Es wird wärmer, da dürfen die Nahziele kälter werden. In dieser Ausgabe unter anderem mit dem Samaranger See in Tirol.

Das Titelbild stammt aus dem Fotoapparat von Mark Hendricks (ab Seite 32)

- INTERN:
- 4 VDST-Versicherung**
Tauchunfallversicherung & Ausland
- 6 Deko-Stopp**
Tauchsicherheit zu Corona-Zeiten
- 6 VDST Kinderschnorcheln**
Spass und Sicherheit für die Kleinsten
- 8 Scuba Guide**
Lockdown-Opfer: kommt **erst im Juni**
- 10 300 Euro Cash - Hol's Dir!**
VDST-Zuschuss zur Mitgliederakquise
- AUSBILDUNG:
- 12 Theorie Quartett**
Ausbildungsbücher des VDST
- 14 VDST Kindertauchlehrer**
Klares Statement zum Kinder TL
- 16 Online-Apnoe-Gym**
Fit von Zuhause aus
- SPORT:
- 18 UW-Rugby Meister**
Im Interview: Lukas Tadda
- 20 Weltrekordhalter im FS**
Im Interview: Max Poschart
- AUSRÜSTUNG:
- 23 Der Profi**
Kallweit Trockentauchanzug
- 24 Drucksache**
L&W Kopressor 100 E1
- 25 Erbkönig**
Seacam Body für Canon's R5
- 26 Fishfinder**
DJI Mlni II
- VISUELLE MEDIEN:
- 26 Serie: Trix' Kiste**
Pixel, DPI & Co.
- TRIPS & REISEN
- 32 Kristallklar**
Samaranger See
- 34 Unterwasserstadt**
Sundhäuser See
- 36 Zakynthos**
Tauchen in Griechenland
- 38 Tropenschutz**
Tauchen in Meeresschutzgebieten
- NATUR & WISSENSCHAFT
- 40 Das Fischreiser-Projekt**
Mehr Jungfischpopulation
- 42 Finde diese Feder**
Wasserpflanze des Jahres
- HISTORIE:
- 44 Tieftaucher**
Hannes Keller
- 46 Kleinanzeigen**
NEU & KOSTENLOS
- 47 D's & Das:**
Der Herr der Ringe
- RUBRIKEN:
- 3 Inhalt und Editorial**
- 4 Landesverbände & Intern**
- 6 Impressum**
- 48 Leserforum**
- 50 Wetnecks**

interview

SPORT

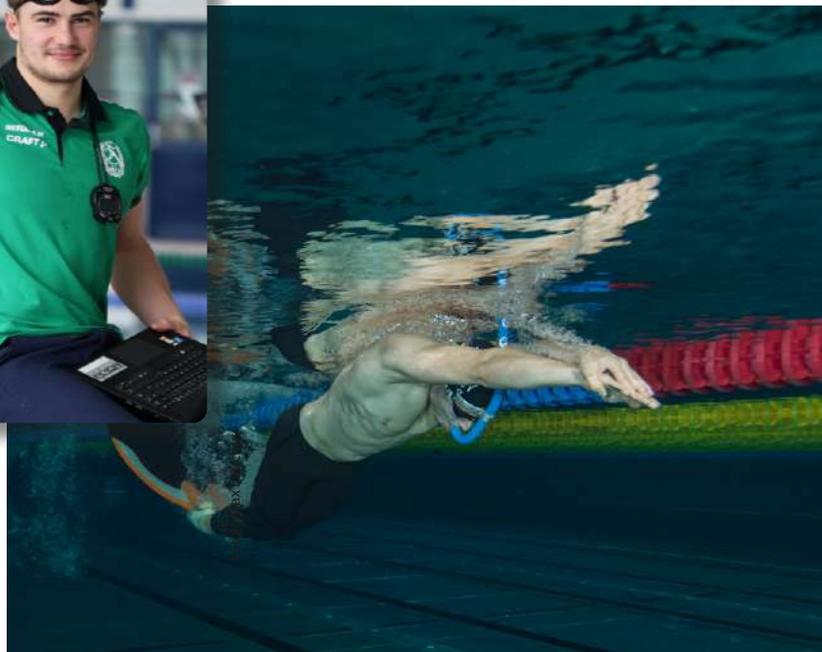
» ICH NEHME MIR DIE ZEIT, DIE ICH BRAUCHE, UM ALLES ZU SCHAFFEN «

MAX POSCHART

SPITZENSORTLER, WELTREKORDHALTER UND STUDENT BEIM VDST



DUALE KARRIERE IM VDST



Spitzensportkarriere und Ausbildungsweg unter einen Hut zu bekommen, ist zweifellos eine große Herausforderung – VDST-Topathlet Max Poschart (26) meistert diese Doppelbelastung seit Jahren in beeindruckender Art und Weise.

Können SpitzensportlerInnen eigentlich von ihrem Sport leben? In den meisten Fällen lautet die Antwort: Nein! Ist die zeitliche Beanspruchung einer Spitzensportkarriere enorm hoch? Ja! Insbesondere, wenn man den Anspruch hat, zu den Besten gehören zu wollen. Diese zwei Punkte verdeutlichen ein zentrales Problem, vor dem auch die SpitzensportlerInnen der verschiedenen Sportarten des VDST stehen: Vom Sport „leben“ und mit ihm den Lebensunterhalt sichern können nur die allerwenigsten. Wollen sie nach der sportlichen Laufbahn nicht mit leeren Händen dastehen, müssen sie ihre berufliche Ausbildung parallel zum Sport vorantreiben. Diese Doppelbelastung, gleichzeitig zwei Karrierewege (Sport und Ausbildung) erfolgreich zu absolvieren, hinterlässt vor allem auf der zeitlichen Ebene Spuren. Bedenkt man, dass allein der Zeitaufwand für den Hochleistungssport mit einem Vollzeit-Job vergleichbar ist, wird die Herausforderung hinter der Dualen Karriere umso deutlicher.

VDST-Athlet Max Poschart (SC DHfK Leipzig e.V. | Abteilung Finswimming) ist einer der erfolgreichsten Finswimmer der Welt und seit 2017 Weltrekordhalter über 100 Meter Finswimming (33,87 Sekunden). Nebenbei hat Max schon eine Berufsausbildung erfolgreich abgeschlossen und das nächste Ziel bereits fest vor Augen: einen Studienabschluss. Wir haben mit Max Poschart über seinen dualen Karriereweg gesprochen.

Max Lauschus: *Hallo Max! Mit Deinen 26 Jahren bist Du fast schon ein „alter Hase“ bei den Finswimmern. Wenn Du einmal zurückblickst: Wann hat für Dich die duale Karriere begonnen?*

Max Poschart: Die duale Karriere begann für mich im Alter von 13 Jahren, während der Schulzeit. Damals besuchte ich ab der siebten Klasse die Sportschule in Potsdam noch in der Sportart Schwimmen. In der 13. Klasse wechselte ich in die für mich spannendere Sportart Finswimming.

Max L.: *Wie sah Dein Weg nach der Schulzeit aus? Hattest Du einen Plan für die Sportkarriere und Deine Ausbildung?*

Max P.: Nach meiner Schulzeit bekam ich durch Unterstützung des VDST die Möglichkeit, als Sportsoldat bei der Sportfördergruppe der Bundeswehr am Fins-

wimming-Bundesstützpunkt in Leipzig meine sportlichen Leistungen professionell voranzutreiben, was auch ganz gut klappte. 2016 nahm ich dann über den Olympiastützpunkt Leipzig das Angebot einer gestreckten Ausbildung zum Kaufmann für Büromanagement wahr, welche ich letztes Jahr abschloss.

Max L.: *Gratulation dazu!*

Im Juli steht die Weltmeisterschaft im russischen Tomsk an, auf die Du Dich akribisch vorbereitest. Parallel absolvierst Du seit Oktober 2020 ein duales Studium im Bereich Sportwissenschaften. Wie waren Deine Erfahrungen im ersten halben Jahr und wie stellst Du Dir Deine berufliche Zukunft vor?

Max P.: Meine Erfahrungen waren bisher durchgehend positiv. Es macht unheimlich viel Spaß, die Sportler zu betreuen und die gelernte Theorie sofort in der Praxis anwenden zu können. Ebenso läuft die Zusammenarbeit mit meinem Trainerkollegen David Münch sehr gut. Wohin es mich nach dem Studium verschlägt, werde ich später sehen. Während der Zeit meines Studiums möchte ich als Trainer vor allem unsere NachwuchssportlerInnen sportlich sowie persönlich weiterentwickeln. Die „Bande“ habe ich nach dem ersten halben Jahr schon sehr ins Herz geschlossen.

Max L.: *Wie viele Stunden investierst Du (eigentlich) durchschnittlich pro Woche für den Leistungssport?*

Max P.: Das lässt sich nicht pauschal beantworten – je nach Trainingsphase kann die Zeit für mein Training schon einmal zwischen 20 und 25 Stunden variieren. Dazu kommen im Schnitt zwei bis drei Behandlungen bei der Physiotherapie. Wenn keine Pandemie herrscht, fahren wir natürlich auch regelmäßig zu nationalen und internationalen Wettkämpfen und nehmen an Trainingslagern teil. Die Wettkämpfe (im Jahr cirka zehn bis zwölf) ziehen sich mit An- und Abreise über ein komplettes Wochenende oder länger. Da kommt schon gut was zusammen.

Max L.: *Wie viel Zeit in der Woche nimmst Du Dir aktuell für Dein Studium?*

Max P.: Ich nehme mir die Zeit, die ich brauche, um alles zu schaffen. Wichtig ist dabei ganz einfach, regelmäßig etwas zu machen und nichts aufzuschieben. Was ich unter der Woche nicht schaffe, erledige ich am Wochenende. Alles in allem ist die Kombination aus Sport und Studium schon mit einem Vollzeit-Job vergleichbar, häufig sogar auch mehr als das.

Max L.: *Wie bekommst Du das alles unter einen Hut? Kannst Du den jüngeren SportlerInnen etwas mit auf den Weg geben?*

Max P.: Ohne ein vernünftiges Zeitmanagement funktioniert das nicht. Man sollte sich schon zu Beginn der Woche Gedanken machen, welche Themen wann anfallen und nicht einfach in den Tag hineinleben. Ebenso gehören Ziele dazu – egal ob schulisch, beruflich, sportlich oder persönlich – ohne die wird das nichts. Das sind auch meine kleinen Ratschläge an jüngere SportlerInnen – sich zeitlich strukturieren und seine Ziele verfolgen, bis man sie erreicht hat. Leider gehört auch die Zähne zusammenbeißen und „einfach mal machen“ dazu.

Max L.: *Gibt es Personen oder Partner, ohne die Du Deinen dualen Karriereweg nicht so erfolgreich gehen könntest?*

Max P.: Definitiv! Meine Freunde und mein Trainer geben mir Sicherheit und Rückhalt und begleiten mich durch alle Höhen und Tiefen. Ebenso die Sportfördergruppe der Bundeswehr, ohne die ich mich nicht ansatzweise so gut auf

den Sport konzentrieren könnte. Dazu kommen mein Verein, der SC DHfK Leipzig und auch der Landestauchsportverband Sachsen, die mich im Studium sportlich sowie als betriebliche Praxispartner betreuen und fördern. Außerdem meine Hochschule, die ESAB Fachhochschule für Sport und Management Potsdam, die mir viel Flexibilität während des Studiums ermöglicht. Meine wichtigste Partnerin bleibt jedoch meine Frau Elena, die mir oft zusätzlich Kraft und Energie für den Alltag gibt.

Max L.: *Nächstes Jahr finden die World Games in den USA statt. Was sind Deine persönlichen Ziele für Deine zweiten World Games?*

Max P.: Zunächst schaue ich auf die Weltmeisterschaft 2021, bei der ich mich für die World Games qualifizieren will. Die World Games werden mein erster Wettkampf in den USA sein, deswegen freue ich mich unheimlich auf die besondere Wettkampf-Atmosphäre. Persönlich möchte ich meine noch fehlende World-Games-Goldmedaille und mein letztes großes Rennen über die 100 Meter Finswimming gewinnen. Mit der Staffel rechne ich uns auch gute Chancen aus, wenn unsere Jungs sich weiterhin so gut entwickeln.

Max L.: *Letztes Rennen? Also ist nach den World Games (sportlich) Schluss? Wie geht es danach weiter?*

Max P.: Ich denke, ich werde eine kleine Pause vom Finswimming einlegen. Sportlich bleibe ich aber weiter aktiv, sodass der eine oder andere Staffelfahrt noch stattfinden wird. Meinen Fokus werde ich dann aber auf das letzte Jahr meines Studiums und vielleicht auch das Betreuen einer eigenen Trainingsgruppe legen.

Vielen Dank für das Interview und maximale Erfolge im Sport und im Studium!

Unser Autor:
Max Lauschus
SC DHfK Leipzig e.V.
Abteilungsleiter Finswimming



MEER HALTUNG



HESER
Tauchtechnik GmbH

www.heser-backup.de

**50%
AUF DEINE
PERSONALISIERUNG**
NUR IM MAI & JUNI



**PERSONALISIERE DEIN
HESER TAUCHEQUIPMENT**

- > FÜR HESER-BACKPLATES
- > FÜR HESER-BACKUP
- > FÜR DOPPELKARABINER