



Tauchen für alle

## Unter Wasser sind wir gleich

Nicht nur über den Wolken ist die Freiheit grenzenlos, wie einst von Reinhard Mey besungen, nein auch unter Wasser. Tauchen macht glücklich. Dies gilt ganz besonders für Menschen mit Behinderungen. „Was ist schöner, als wenn erwachsenen Menschen mit Behinderungen nach einem Schnuppertauchgang vor Freude die Tränen kommen?“ – Freddy Gaubitz, Tauchlehrer bei der International Association for Handicapped Divers (IAHD), hat schon viele seiner Schützlinge vor Glück weinen sehen.

Dies ist für ihn die Motivation, ehrenamtlich als Tauchlehrer für Querschnittgelähmte, Prothesenträger, MS-Betroffene und Wasserratten mit anderen körperlichen oder kognitiven Einschränkungen zu arbeiten. „Tauchen kann so gut wie jeder“, sagt er. Sogar eine hochgelähmte Frau, die nur noch den Kopf bewegen kann, gehört zu seinen Schülern. Je nachdem wie stark die Einschränkungen sind, variiert die Zahl der Instruktoressen, die beim Tauchgang helfen. Maximal ist man zu dritt in einem sogenannten Buddy-Team.

Die IAHD ist der älteste Tauchverband für Menschen mit Behinderungen in Europa. Weltweit zählt sie rund 3.500 Mitglieder, Tendenz steigend. In Deutschland erlebte der Verband vor einigen Jahren einen organisatorischen Umbruch. Seit drei Jahren sind Freddy Gaubitz und seine Mitstreiter nun dabei, wieder neue Stützpunkte über das gesamte Bundesgebiet hinweg aufzubauen. Ziel der IAHD ist es, möglichst viele Menschen mit Behinderungen für den Tauchsport zu gewinnen. Deshalb bietet sie, überall auf der Welt, wo es gefragt und ein Schwimmbecken mit Lifter in der Nähe ist, Schnuppertauchkurse an.

### Schnuppertauchen in der Türkei

So beispielsweise im Sun Dance, einem Hotel auf der türkischen Halbinsel Bodrum, das nach Meinung von Freddy

Gaubitz perfekt auf die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen eingestellt ist. Die Tauchlehrer der IAHD sprechen hier die körperbehinderten Urlauber einfach beim Frühstück an, ob sie nicht Lust hätten, einmal mit dem Druckluftgerät im Pool abzutauchen. Zunächst werden die Experten dann mit vielen Fragen in Bezug auf das Tauchen mit der jeweiligen Behinderung bombardiert. Aber da es auf jede Frage eine fundierte Antwort gibt, finden sich dann stets einige Mutige am Pool ein, die das Abenteuer Tauchen erleben möchten.

Freddy Gaubitz hatte vor sieben Jahren einen Bandscheibenvorfall. Für mehrere Stunden konnte er seine Beine nicht mehr bewegen. Diese Erfahrung hat ihn sensibilisiert. Er möchte gern anderen Menschen, die dauerhaft gelähmt sind, Freude bereiten. Doch vor dem eigentlichen Tauchspaß sind erst einmal ein paar Dinge zu regeln und zu lernen. Jeder der taucht, benötigt grundsätzlich eine ärztliche Bescheinigung, dass er körperlich dazu in der Lage ist. Die IAHD-Tauchlehrer sind deshalb im Ausland meistens mit einem Arzt unterwegs. Wichtig ist, dass Herz und Kreislaufsystem, Atemwege, Nasennebenhöhlen und Ohren keine Beeinträchtigung aufweisen. Stimmen die Gesundheitswerte, müssen die Tauchanfänger zunächst einmal lernen, wie eine Tarierweste funktioniert (mit ihrer Hilfe kann der Taucher durch Einblasen oder Ablassen von Luft in jeder Tiefe seinen Auftrieb genau regulieren und austarieren, und sie



s: © Nicole Urbscheit



Tauchgangsvorbereitung: Gerard Oijnhausen (li.) mit Ufuk Kacak, der beinamputiert ist, seit er bei einem Erdbeben verschüttet wurde.

dient als Tragegestell für die Druckluftflasche), zudem sollten sie unter Anleitung eines Instructors die Atmung mit einem Atemregler üben. Gemeinsam mit den Angehörigen, die häufig nervöser sind, als die Tauchaspiranten selbst, wird dann der Tauchanzug angelegt, und schon geht's ins Wasser.

### Größtmögliche Sicherheit

„Das Wichtigste bei einem Schnuppertauchgang ist die Ruhe und die größtmögliche Sicherheit“, erklärt Freddy Gaubitz. Die Schnuppertaucher legen sich deshalb zunächst auf die Wasseroberfläche, und unter Anleitung von zwei Instructoren wird die Atemfrequenz gesenkt. Danach können sie sich nochmal aufrichten und das Atmen mit dem Druckluftgerät testen. Im Dreier-Team tauchen sie dann ab. Der erste Instruktor beobachtet den Schnuppertaucher unter Wasser und achtet dabei auf sein Wohlbefinden und seine Sicherheit. Der zweite führt den Schnuppertaucher an der Flasche und tariert ihn über die Weste. So kann sich der Neuling ganz dem Schweben unter Wasser hingeben und eine neue Welt für sich entdecken.

Die Teilnehmer haben ganz unterschiedliche Voraussetzungen. Der introvertierte Andreas, der nach einem Badeunfall querschnittgelähmt ist, musste mit sich kämpfen, um diese Herausforderung anzunehmen. Er wird beim Tauchen komplett geführt, da er auch seine Arme nicht gut bewegen kann. Nach dem ersten Tauchgang strahlt er über das ganze Gesicht. Seine Eltern sind begeistert darüber, wie ihr Sohn sich durch das Tauchen verändert. Er will auf jeden Fall daheim weitertauchen. Nic (65) hat seit 34 Jahren Multiple Sklerose und nutzt deshalb seit mehr als zwei Jahrzehnten einen Rollstuhl. Er ist mit seinem Freund Bart gekommen, dem ein Bein amputiert wurde. Beide sind voller Energie und Erwartungen. Nic kann seine Arme voll einsetzen, und der Begleittaucher, der ihn an der Flasche führt, kommt kaum noch mit weil sein Schüler so schnell unterwegs ist. Nic's Freund Bart ist für die Profis ein Phänomen. Schon nach zehn Minuten kann er ohne Führung, aber natürlich unter Aufsicht, selbständig durch das Schwimmbecken tauchen.

### Stärkung des Körpers

„Tauchen macht nicht nur glücklich, es stärkt auch die Muskulatur und fördert die Durchblutung sowie die Koordinationsfähigkeit“, erzählt Freddy Gaubitz. Leider seien diese positiven Auswirkungen auf den Körper bislang noch wenig mit wissen-

schaftlichen Studien belegt. Deshalb beteiligen sich die Krankenkassen nicht an den Kosten fürs Tauchen. Ein Schnuppertauchgang kostet beispielsweise zwischen 15 und 25 Euro. Die Ausrüstung wird gestellt. Damit deckt die IAHD aber gerade mal ihre eigenen Kosten ab, unterstreicht Gaubitz. Im Schnitt muss man etwa zehn Hallenbadstunden nehmen, bevor man mit dem Freiwassertauchen beginnen kann. „Das hängt natürlich sehr stark von den persönlichen Einschränkungen ab“, erläutert Gerard Oijnhausen. Der Niederländer ist Präsident der IAHD und reist als solcher durch die ganze Welt, um behinderten Menschen das Tauchen näher zu bringen. Sogar im Oman hat er schon mit jungen Männern getaucht. Dabei sind die Lebensbedingungen der Teilnehmer oft alarmierend. Im Oman etwa hat er bei den Schnuppertauchern blaue Flecken entdeckt, die offensichtlich von Schlägen her rührten. Aber es gibt auch sehr schöne Erlebnisse, zum Beispiel wenn er mit Teilnehmern die Unterwasserwelt des Roten Meers vor Ägypten erkundet. Das Rote Meer, das Mittelmeer und die Karibik seien ideale Tauchgründe für Menschen mit Behinderung, sagt Oijnhausen. „Wir tauchen meistens in drei bis vier Metern Tiefe.“ Für Freddy Gaubitz ist aber auch das Tauchen in deutschen Gewässern interessant: „Bei uns genießen wir unter Wasser eher die absolute Ruhe, die unheimlich entspannend wirkt.“

Tauchen kann man fast in jedem Alter, zwischen 8 und 80. Der IAHD empfiehlt allerdings, erst mit 14 Jahren anzufangen. Der Wohlfühleffekt des Tauchens ist natürlich international. Die 33-jährige Ebru Bulgurcu aus Istanbul genießt das Gefühl von Freiheit genauso wie die deutschen Urlauber in Bodrum. Im Jahr 2001 wurde sie auf einem Balkon ohnmächtig und stürzte aus dem 2. Stock in die Tiefe. Seitdem ist sie querschnittgelähmt. Vor ihrem Unfall hatte sie schon vom Tauchen geträumt, 2003 absolvierte sie dann ihren ersten einwöchigen Tauchkurs. „Wenn man die Möglichkeit hat, etwas Neues zu lernen, dann sollte man diese Chance nutzen“, sagt sie und setzt hinzu: „Das Schönste am Tauchen ist für mich das Gefühl, gleich zu sein mit den Nichtbehinderten.“

Katja Rosdorff und Eric Scharfenort

### i

International Association for Handicapped Divers (IAHD)  
Freddy Gaubitz  
Winternam 8  
47647 Kerken  
E-Mail: germany@iahd.org

In Deutschland gibt es etwa 500 Lehrer und auch noch weitere Verbände für Taucher mit Behinderung:  
Handicapped Scuba Association (HSA)  
www.hsascuba.com  
www.hsa-germany.de

Verband Deutscher Sporttaucher (VDST)  
www.vdst.de/tauchausbildung/tauchen-mit-behinderung.html