

Pressemeldung

Marburg, 19. Juli 2023

In überragender Zeit einmal rund um die britische Insel Jersey **Erneuter Rekord für Extremschwimmerin Nathalie Pohl**

Die Extremschwimmerin hat wieder einen Rekord aufgestellt: Nathalie Pohl hat die britische Insel Jersey umschwommen! Mit einer überragenden Zeit von 9:43:27 Stunden erreichte die 28-Jährige am 18. Juli das Ziel am sogenannten „Wellenbrecher“ in Elizabeth Castle. Sie war damit die viertschnellste Frau auf einer der technisch anspruchsvollsten Marathonschwimmstrecken der Welt.

Beeindruckend ist nicht nur die Kulisse: Schwimmstrecke von rund 66 Kilometern

Das Schwimmen „Round Jersey“ gilt als eine landschaftlich besonders schöne Strecke. Gegen den Uhrzeigersinn schwimmen die Athleten vorbei an langen Sandstränden und den sanften Klippen der Nordküste. Doch die Gesamtlänge von rund 66 Kilometern (41 Meilen) macht schnell klar, dass es hier um knallharten Extremsport geht! Zwar ist die Strömung gezeitenabhängig und die Schwimmerinnen und Schwimmer können mit Glück von der Kraft des Meeres profitieren, aber zehn bis zwölf Stunden ist man dennoch mindestens im Wasser – eine kräftezehrende Zeit, bei der die Schwimmerinnen und Schwimmer an ihre Grenzen gehen. Umso glücklicher ist Nathalie Pohl nach ihrer Ankunft: „Schon vor drei Jahren habe ich hier auf Jersey einen Weltrekord aufgestellt. Ich wollte unbedingt zurückkommen und ein weiteres Mal beweisen, was ich leisten kann. Dass ich nun erneut so erfolgreich war, macht mich sehr stolz. Und es zeigt mir auch, dass sich das harte Training gelohnt hat.“ Damit man so eine Leistung überhaupt abrufen kann, muss am Tag des Schwimmens alles passen: von der Vorbereitung über die Wetterbedingungen bis hin zur aktuellen körperlichen, vor allem aber auch mentalen Verfassung. Dass Nathalie Pohl auf Jersey nun wieder erfolgreich war, ist kein Zufall, sondern Ergebnis monatelanger Arbeit mit täglichen mehrstündigen Trainingseinheiten, die weit über das eigentliche Schwimmen hinausgehen. Und trotzdem: Obwohl so viel vor jeder Querung geplant werden kann und der Trainingsplan akribisch durchgeführt wird, hat jedes Schwimmen seine eigenen Regeln, das Meer ist unberechenbar. Gerade das ist es, was Nathalie Pohl am Freiwasserschwimmen so liebt.

Wo Pech und Glück nah beieinanderliegen

Sie erklärt: „Ich habe heute alles gegeben. In der Nordsee wieder erfolgreich zu sein, ist für mich etwas ganz Besonderes. Hier habe ich meine bisher größte Niederlage, aber auch zwei extreme Erfolge erlebt.“ Vor acht Jahren, zu Beginn ihrer Freiwasserkarriere, war Nathalie Pohl schon einmal ganz in der Nähe unterwegs, um den Ärmelkanal zu durchschwimmen. Diesen Versuch bezahlte sie fast mit dem Leben. Ein Jahr später kehrte sie zurück und schwamm die rund 34 Kilometer lange Strecke in deutschem Rekord. Im Jahr 2020 zog es Nathalie Pohl wieder in die Nordsee. Ihr Ziel: der Jerseykanal. Er verbindet das französische Festland mit der britischen Kanalinsel und ist rund 22,5

Kilometer lang. Nathalie Pohl schwamm damals die Strecke in 5:29:37 Stunden und hält hier seitdem den Weltrekord.

Zum Greifen nah: als erste deutsche Frau die „Ocean’s Seven“ zu durchqueren

Ob ihr die britischen Gewässer ein weiteres Mal gewogen sind, zeigt sich im nächsten Jahr. Dann wird sich Nathalie Pohl erneut in die Nordsee wagen, um ihre siebte und damit letzte Etappe der Ocean’s Seven anzugehen: den nur etwa 14 Grad kalten Nordkanal zwischen Irland und Schottland. Schafft sie diese Strecke, wäre sie die 23. Person weltweit und gleichzeitig die erste deutsche Frau überhaupt, die diese Herausforderung bewältigt hat.

Weitere Informationen unter: www.nathaliepohl.de



Nathalie Pohl schwamm einmal um die britische Kanalinsel Jersey (Foto: Marc Le Cornu)