

# „Es geht mir nicht um Rekorde“

## Marburger Extremschwimmerin meistert als erste Deutsche die Ocean's Seven

Sie schwamm im Dunkeln, bei Kälte und durch Schwärme giftiger Quallen. Neoprenanzug? Nicht erlaubt. Als Nathalie Pohl am Sonntagnachmittag nach mehr als 40 000 Armzügen und elf Stunden das Ufer Schottlands erreicht hatte, war ihr Traum erfüllt – und selbst Jürgen Klopp gratulierte begeistert per Instagram. Die 29 Jahre alte Extremschwimmerin meisterte als erste deutsche Frau die Ocean's Seven, sieben berühmte Meerengen weltweit, vor Neuseeland oder Japan, im Ärmelkanal oder in der Straße von Gibraltar.

„Mein ganzer Rachenraum ist extrem geschwollen, und die Unterkühlung war extrem, das hat eine Nacht gedauert, bis ich wieder einigermaßen okay war“, sagte Pohl gestern, als der Stolz die körperlichen Strapazen langsam beiseite schob: „Heute Nacht kam es so ein bisschen. Aber bis es so wirklich bei mir angekommen ist, dauert es noch ein paar Tage.“

Im Nordkanal zwischen dem nordirischen Gobbins und Portpatrick in Schott-



**Macht jetzt erstmal eine Pause:** Extremschwimmerin Nathalie Pohl.

FOTO: IMAGO/FUTURE IMAGE

land lag die Wassertemperatur bei durchschnittlich 14 Grad Celsius. „Das war schon alles sehr grenzwertig und extrem hart“, sagte Pohl, die trotz akribischer Vorbereitung über ihre Grenzen hinausgehen musste: „Irgendwann muss man einfach gucken, wie lange der Körper das überhaupt noch aushält.“

Der Körper der Marburgerin hielt bis zum schottischen

Ufer, während sich die Psyche gegen negative Gedanken, die unterwegs Einzug erhielten, wehrte: „Ich bin nachts gestartet und habe auch schon in den ersten zwei Stunden den Gedanken gehabt: Okay, vielleicht schaffe ich es nicht.“ Doch die Devise „einen Armzug kann ich noch weitermachen“ brachte sie ans Ziel. Als 33. Mensch überhaupt.

Auf den 213 Kilometern der sieben gefährlichen Meerengen waren stets tierische Begleiter dabei. „Sonntag waren es extrem viele Quallen, gerade nachts. Aber wir sind draußen auf dem offenen Meer, dass man da Meeresbewohner sieht, ist ja ganz klar“, sagte Pohl, die auch schöne Begegnungen hatte: „Delfine haben mich in Neuseeland zwei Stunden begleitet. Das sind Momente, die man nicht vergisst.“ Einem Hai sei sie nicht begegnet.

Und das soll so schnell auch nicht passieren: „Jetzt mache ich erstmal ein paar Monate Pause. Ich habe im Sommer wirklich jeden Tag trainiert“, sagte Pohl: „Ich glaube, es ist auch wichtig, das erstmal zu realisieren, was man eigentlich geschafft hat.“ Dass sie es als erste deutsche Frau geschafft hat, freue sie sehr, „aber ehrlicherweise geht es mir bei diesen Schwimmen nicht um Rekorde. Für mich ist es schon die Leistung an sich, das, was man da durchmacht und die Emotionen, die man da fühlt.“

sid