

Zahl des Tages

32 000

32 000 Meter hat die 21-jährige Stefanie Rauch aus Fellbach beim 24-Stunden-Schwimmen der DLRG Waiblingen im Freibad zurückgelegt (siehe Artikel rechts). Damit war sie sogar besser als der konditionsstärkste Mann, Dennis Graner, der 28 100 Meter schaffte.

Hier alle Ergebnisse:

Erwachsene – Frauen:	
1. Stefanie Rauch	32 000 Meter
2. Maike Koller	28 500
3. Marion Rauch	24 800
Erwachsene – Männer:	
1. Dennis Graner	28 100
2. Johannes Michel	26 800
3. Bruno Dobelmann	26 200
Jugendliche – Mädchen bis 17:	
1. Jessica Spengler	17 000
2. Hannah Röck	14 500
3. Katja Rapp	12 000
Jugendliche – Jungen bis 17	
1. Andreas Schempp	20 100
2. Matthias Stumm	14 400
3. Patrick Classen	13 800
Kinder – Mädchen bis 12:	
1. Sarah Liedle	12 500
2. Mona Rapp	9 100
3. Aurelia Triolo	8 000
Kinder – Jungen bis 12:	
1. Pelle Birgmann	22 000
2. Tobias Liedle	16 400
3. Yanick Kiechle	10 600
Familien:	
1. Rauch	56 800
2. Maag/Binner/Tochtermann	31 800
3. Wilhelm	27 500
Gruppen:	
1. DLRG Fellbach	162 000
2. AOK (DLRG-Jugend)	106 200
3. Die schwulen Ratten	92 900
Hui-Buh-Runde (0 bis 1 Uhr), Einzel:	
1. Alex Hlawatsch	3 300
Gruppen:	
1. AOK	11 400
Absackercup (3 bis 4 Uhr), Einzel:	
1. Sandra Rambow	3 500
Gruppen:	
1. AOK	9 100
Sunrise Trophy (6 bis 7 Uhr), Einzel:	
1. Christina Magg	3 100
Gruppen:	
1. AOK	11 000

Einmal durch den Ärmelkanal

Schlaflose Nacht beim 24-Stunden-Schwimmen der DLRG

Von unserem Redaktionsmitglied Andreas Kölbl

Waiblingen.

Beneidenswert: Stefanie Rauch haut bergeweise Nudeln und Schokolade in sich rein – und braucht sich trotzdem keine Sorgen wegen etwaiger Fettpölscherchen zu machen. Denn die paar Kalorien strampelt sie umgehend wieder runter. Beim 24-Stunden-Schwimmen im Waiblinger Freibad legte sie 32 Kilometer zurück – fast so weit wie einmal durch den Ärmelkanal.

24 Stunden schwimmen. Den ganzen Abend, die Nacht hindurch und dann den lieben langen Tag, bis es wieder Abend wird. Wer glaubt, sogar die zähesten Rettungsschwimmer aus Waiblingen und Umgebung könnten sich von diesem Vorhaben durch Gewitter oder Dauerregen abhalten lassen, der offenbart sich wie der Redakteur von der WKZ schnell als verweichlichte Landratte. Denn wer gewohnt ist, das Waiblinger Freibadbecken kilometerweise zu durchwühlen, der schert sich nicht groß um die zusätzliche Dusche von oben. Nass sind die Schwimmer ja sowieso – und so warfen sich am Wochenende 153 Langstreckenschwimmer in die Fluten.

Natürlich ziehen nicht alle die 24 Stunden komplett durch. Das erste Waiblinger 24-Stunden-Schwimmen ist kein bierernster Wettkampf für stahlharte Über Sportler, sondern ein Spaß für jedermann und ein Motivationskick sondergleichen. Gestartet werden kann einzeln oder in Gruppen. Ziel ist, zwischen 19 und 19 Uhr so viele Bahnen wie möglich hinter sich zu bringen. Wer nicht die ganz große Kondition mitbringt, kann auch bloß 600 Meter schwimmen. Dabei sein ist alles.

Ungewöhnlich ist im Vergleich zu ähnlichen Events, dass die Ortsgruppe der Deutschen Lebensrettungsgesellschaft (DLRG) Einzel- und Mannschaftsstarter parallel auswerten kann. Ganz schön viel Aufwand: 60 Ehrenamtliche sind allein fürs Protokollieren am Beckenrand eingeteilt – harter Sport auch dies. Heike Hug-Otto verrät, wie sie sich bei der Frühschicht von drei bis fünf Uhr wachhielt: „Viel Kaffee und viel Essen.“ Zur Belohnung stieg sie nach geta-



Im Freibad machten die Langstreckenschwimmer und das Technische Hilfswerk die Nacht zum Tag.

Bild: Bernhardt

ner Protokollarbeit erst mal selbst ins Wasser, zur „Sunrise-Trophy“ im Morgengrauen. „Das war einfach fantastisch, in dieser Stille meine Bahnen zu ziehen.“ Einige Hartgesottene, die auf der Freibadwiese beim Beachvolleyballfeld campierten, hatten sich für den „Absacker-Cup“ morgens um drei extra den Wecker gestellt. Als Trophäe für die Sieger gab's eine Ladung Energydrinks.

Zwei- bis dreimal die Woche müssen Langstreckenschwimmer wie Stefanie Rauch trainieren. In 24 Stunden verbrauchen sie dann in etwa so viel Kalorien wie sonst in einer Woche. Nur kurz ging die 21-

jährige Fellbacherin zwischendurch an Land, um eine Stunde zu schlafen und Unmengen von Nudeln und Schokolade zu essen. Wie's einem nach 24 Stunden im Wasser geht? „Schlecht“, sagt sie leicht schlotternd und sichtlich erschöpft. Dennoch: Vor Unterkühlung schützen das immerhin 25 Grad warme Wasser, die ständige Bewegung und notfalls Körpercreme.

Organisatorisch war das erste 24-Stunden-Schwimmen ein voller Erfolg. Eine Wiederholung vielleicht schon 2009 ist wahrscheinlich. Unter einer Bedingung: „Wenn ich bis dahin wieder wach bin“, sagt Organisator Peter Spoljaric.

Weiter als Neapel

■ 153 Kinder, Jugendliche, Männer und Frauen haben mitgemacht beim ersten Waiblinger 24-Stunden-Schwimmen.

■ Insgesamt haben sie eine Strecke von 1059,9 Kilometern zurückgelegt. Das ist weiter als zum Beispiel von Waiblingen nach Neapel (970).

■ Im Durchschnitt sind dies 6,9 Kilometer pro Schwimmer.