

Aus Gudrun Friedrichs Anliegen, Menschen mit Einschränkungen das Tauchen ermöglichen, ist der Handicap-Tauchclub Vorarlberg entstanden. Hier ist Inklusion Alltag.

Schwerelos mit Blei an den Beinen

MIRIAM JAENEKE

Zwei überkreuz springende Delfine. Das ist das Logo des Handicap-Tauchclubs Vorarlberg (HTCV). „Mein Mann hatte diese Idee. Er sagte: Nehmt doch Delfine als Symbol, die helfen sich gegenseitig“, erzählt Gudrun Friedrich. Auch die Mitglieder des Vereins helfen sich. Und zwar ständig. In der Regel sind sie dabei mindestens zu dritt. Wie im Fall von Markus Ender, der gerade auf den Tauchgang im Rhein vorbereitet wird. Eine Helferin hat eine türkisfarbene Plastikmatte aufgeblasen und sie in den wohlthuenden Schatten einer Hecke ins Gras gelegt. Zwei Männer heben den Querschnittsgelähmten vom Rollstuhl auf die Matte.

Umständliches Umziehen

Dann beginnt, wie oft an den Dienstagabenden, das umständliche Ritual des Umziehens. T-Shirt und Hose aus, den hautengen Neoprenanzug an. Auch dem kann der Querschnittsgelähmte nur zusehen. „Schaut, dass er nicht überhitzt“, sagt Friedrich zu den Helfern. „Von der Stelle des Halswirbel-Bruchs an abwärts kann Markus nicht mehr schwitzen“, erklärt sie. „Deshalb darf ihm nicht zu heiß werden, sonst kann er, wenn es schlecht läuft, im kühlen Wasser in Ohnmacht fallen.“

Friedrich kennt sich aus: Seit 30 Jahren ist sie Physiotherapeutin. Vor gut 20 Jahren hat sie das Tauchen begonnen, rund 780 Tauchgänge liegen bereits hinter ihr. Im Jahr 2007

hat sie den Tauchlehrer-Schein erworben, im Jahr darauf den „Handicap-Instructor“, den Abschluss für Tauchen mit Behinderten.

Dass es den Verein gibt, ist ihr zu verdanken: Barrierefreiheit war der Hörbrannerin schon immer ein Anliegen. Bis 2011 war sie Mitglied des Tauchclubs Vorarlberg. „Ich wollte, dass Tauchen mit Handicap rund um den Bodensee möglich wird. Aber beim Tauchclub war die Scheu vor dem Riesenanliegen so groß, dass es letztlich nicht angegangen wurde“, erzählt die 58-Jährige. Da stand für sie fest: „Wenn der Verein nicht mitzieht, gründe ich einen eigenen.“ Ermöglicht hat dieses Vorhaben ein Kreis von Unterstützern. Angefangen mit fünf Freunden, die Gründungsmitglieder des Vereins wurden, über die Gemeinde Hörbranz, die einen Klubraum zur Verfügung stellte, bis hin zu Firmen, die eine Rollstuhl-Rampe und einen Kompressor für die Sauerstoff-Flaschen sponserten.

Im Diepoldsauer Bad

Dass die Gruppe sich im Sommer jede Woche im Diepoldsauer Bad trifft, ist ebenfalls auf ein Entgegenkommen zurückzuführen: „Herr Norbert vom Strandbad lässt uns kostenlos das Bad benutzen, ab Sperrstunde“, sagt Friedrich. Das ist für den Verein ein Glücksfall. Denn erstens müssen seine Mitglieder die Ausrüstung nicht weit schleppen. Ein Vorteil, weil zum Beispiel Ender im Rollstuhl nicht tragen helfen kann. Und zweitens,

vielleicht das Wichtigste, der Einstieg in den Rhein ist flach und damit für die Taucher mit Einschränkung ideal.

„Die Übung ist das Um und Auf in so einem Sport“, sagt Friedrich. Übungssache ist besonders das Austarieren: Im Wasser nicht auf den Grund zu sinken, aber auch nicht unkontrolliert aufzusteigen, ist gar nicht so einfach, erzählt Ender. Voraussetzung dafür, dass er die Tauchausbildung absolvieren konnte, war ein medizinisches Okay: Die Nebenhöhlen und die Gehörgänge müssen frei sein, damit der Druckausgleich durchführbar ist, außerdem muss die Lunge gesund sein.

Der Rollstuhlfahrer versucht so häufig, wie es geht, dienstags zu kommen. Immer ist das allerdings nicht möglich. Denn es müssen jeweils genügend Helfer da sein. An diesem Tag ist das kein Problem, bei dem schönen Wetter sind 19 Taucher gekommen.

In der Zwischenzeit ist Ender fertig angezogen. Während er ans Wasser gefahren wird, erzählt er seine Geschichte: Vor 23 Jahren sprang der heute 41-Jährige – wie schon unzählige Male davor – mit dem Kopf voran in den hauseigenen Pool. Nur dieses eine Mal zu steil. Er prallte mit dem Kopf auf den Schwimmbad-Boden und brach sich die Halswirbelsäule. Seither sitzt er im Rollstuhl. Schon vor dem Unfall habe er sich fürs Tauchen interessiert, sagt Ender. Vor zwei Jahren hat er dann die Ausbildung begonnen. Und ist begeistert: Dem Rollstuhl für



HANDICAP-TAUCHCLUB

Der Verein wurde im Dezember 2011 gegründet und hat seinen Sitz in Hörbranz. Er hat 57 aktive und passive Mitglieder. Hiervon sind 30 Taucher, davon wiederum elf Menschen mit Einschränkung. Zwei davon sind noch in Ausbildung. Der HTCV bilden sowohl Erwachsene sowie Jugendliche mit und ohne Handicap aus. Eine Tauchtauglichkeit, die von einem Tauchmediziner ausgestellt wird, ist Grundvoraussetzung.

gewisse Zeiten entkommen zu können. Im Wasser zu schweben. Schwerelos zu sein. Das alles lässt ihn seine Behinderung zwischenzeitlich fast vergessen.

„Sollen wir Dich ein Stück ins Wasser fahren?“, wird Ender gefragt. „Lieber nicht, sonst bleibt der Rolli stecken.“ Also heben ihn seine Helfer heraus und setzen ihn ans Ufer. Links und rechts von ihm liegen Flossen



Das geht nur zusammen: Der Rollstuhlfahrer Markus Ender wird tauchfertig gemacht.

STIPLOVSEK (3)



„Alles okay“: Unter Wasser braucht es eindeutige Signale (links).



in allen Farben im Kies. Er wird von hinten gestützt, dann bekommt er das Tauchjacket um und die etwa fünf Kilogramm schwere Sauerstoff-Flasche auf den Rücken. Bleigurte werden um seine Knie geschnallt, damit seine bewegungslosen Beine keinen Auftrieb bekommen. „Ich spucke Dir in die Maske“, kündigt Sandy an. „Das ist viel sozialer, als wenn Du das selber

machst.“ „Die Brille läuft trotzdem an“, beschwert sich kurz darauf der Taucher. Seine Finger kann er zwar nicht gut einzeln bewegen. Aber das Unterwasser-Signal „etwas stimmt nicht“, bei dem die Hand hin- und hergeschüttelt wird, kann er geben. Das „O.K.“-Zeichen macht er in etwas abgewandelter Form: Statt mit Daumen und Zeigefinger ein „o“ zu for-

men, ballt er die rechte Hand zur Faust und legt diese gut sichtbar auf seinen Kopf. Auch den Druckausgleich, also das Ausatmen in die zugehaltene Nase, um den Unterdruck auszugleichen, kann der Taucher selbst durchführen. Ein Vorwärtsschritt unter Wasser ist ihm durch eine Bewegung aus den Schultern heraus möglich, „auch wenn das sehr anstrengend ist“, wie er sagt.

Beim Tauchgang mit einem Behinderten sind die gesunden Taucher stets zu zweit: „Ich schaue auf Markus, und ein Dritter schaut auf mich. Denn wenn mit mir etwas ist, kann Markus mir nicht helfen“, sagt Friedrich. Mittlerweile – eine gute halbe Stunde ist vergangen – ist Ender startklar. Er trägt einen Tauchcomputer ums Handgelenk, der aussieht wie eine große Plastik-Armbanduhr und der die Wassertemperatur und -tiefe anzeigt. Er meldet dem Taucher aber zum Beispiel auch, wann dieser auf-

steigen sollte. „Das bekommt man zwar beigebracht, aber es ist einfach noch eine doppelte Sicherheit“, sagt der 41-Jährige. Sein Mittaucher prüft den Sauerstoff, entweichende Luft zischt aus dem Mundstück. Ein gutes Zeichen. Auch Friedrich ist startklar. Zu zweit ziehen sie den Querschnittsgelähmten tiefer ins Wasser. Wenig später zeugen nur noch an die Oberfläche glucksende Luftblasen von der Existenz der Taucher. Zwanzig Minuten bleiben sie verschwunden.

Währenddessen lehnt Günter Märk an dem Mauerchen, auf dem auch die Plastikboxen mit der Ausrüstung stehen, und blickt übers Wasser. Der teilweise Gelähmte wartet, bis Friedrich wieder da ist und auch ihn beim Tauchgang begleiten kann. Während alle, die nicht tauchen, in der Sonne ächzen, freut sich Märk darüber, dass er schwitzt. Denn der 56-Jährige sitzt zwar dank seines „eisernen Willens“, wie er sagt, sprich unzähliger Körperübungen, nicht mehr im Rollstuhl. Dennoch hat er, insbesondere in Armen und Händen, nach wie vor starke Spasmen.

Nur mit Handschuhen

Angesichts dieser Verkrampfungen tut ihm Wärme gut. Hierzulande kann Märk nur mit Handschuhen und Haube tauchen. Mit ein Grund, weshalb er sich jedes Jahr auf den Urlaub mit seiner Frau am Roten Meer freut. Die 25 bis 28 Grad Wassertemperatur sind für ihn optimal. Wie Ender mag er die Barrierefreiheit beim Tauchen, dass er sich in diesen Momenten fast wie ein Gesunder fühlt. Während er von der Farbenpracht der Korallen und Fische im Tauchresort Sharm el Sheikh schwärmt, ist Ender wieder aufgetaucht. Er zeigt sich begeistert vom gerade absolvierten Tauchgang: „Das war eine feine Abkühlung.“ Und Friedrich ergänzt: „Und so einen großen Karpfen haben wir gesehen“, und hält die Hände weit auseinander.