

Suchbegriff

Kreuzlingen | Weinfelden | Sport | Events / Kultur | Lifestyle | Community | Fotostrecken | Inserate | Amtliche Publikationen



Apnoetaucher Roland Rogenmoser

0 Kommentare

23.06.2022 09:49

Atemlos durch die Tiefen des Sees

Der 58-jährige Roland Rogenmoser aus Scherzingen ist erneut Schweizermeister im Freitauchen geworden. Ein Besuch des Trainings

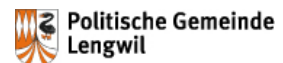
35 Meter unter Wasser, nur die Lungen sind mit Luft gefüllt. Der Drang zu Atmen steigt. Ein Besuch eines Trainings von Apnoetaucher Roland Rogenmoser und seinen Kollegen.

Steckborn Beim Filmen (Video auf Facebook) schliesse ich reflexartig die Augen, als Roland Rogenmoser seinen Bauch dermassen einzieht, dass nur noch die Rippenbögen zu sehen sind. Ein doch sehr verstörendes Bild, doch ich muss etwas schmunzeln als er den angehaltenen Atem lautvoll ausbläst und mich anlächelt. Was für ihn eine völlig normale Übung vor einem Tauchgang ist, wirkt für Laien doch sehr dramatisch. Hangen, Freefall, Mouthfill... alles Worte, die ich bisher nicht mit Tauchen in Verbindung brachte. «Und es sind in der Regel keine Sauerstoff- sondern Pressluftflaschen », wollte der 58-jährige Schweizermeister im Freitauchen immer schon mal loswerden.

Schwere- und Atemlos

Über sieben Minuten kann der Scherzinger Informatiker im Pool ohne Luft zu holen verharren, etwa 4 Minuten hält er es im See aus. Dabei lässt er sich entlang einer Leine bis zum Grund in 35 - 40 Meter Tiefe sinken. Etwas wie schlafen sei der entspannte Zustand, welcher bei uns wohl eher Panik auslösen würde. Er denkt dabei an seinen verstorbenen Schmusekater, an schöne Erlebnisse mit seiner Partnerin oder erinnert sich bewusst an schöne Mo-

Amtliche Publikationen



Leserhits

Eggenbergers Vize gibt Rücktritt..

Moritz Eggenbergers, neu gewählter..

Positive Schritte in die Zukunft

Wie bereits Ende Januar..

Ausgaben 2025

Ausgaben 2025

Ausgaben 2025

Bilderstrecke



Frühlingsmodenschau bei Molli Mode

RECHTSBERATER

Wer hat Recht?



KÖNNTE UNS DIE AIRLINE TROTZ GÜLTIGEN TICKETS STEHEN LASSEN?

Frage: Im nächsten Sommer möchten wir mit unserer fünfjährigen Tochter erstmals per Flugzeug verreisen. Das Problem ist, dass sie an einer Erdnussallergie leidet. Sie muss die Nüsse nicht...

[weiterlesen](#)

VERLEGERKOLUMNE

mente in den Ferien. Vor Wettkämpfen wird er von seinem Coach Coach René Trost in Hypnose versetzt, den für ihn ultimativen Entspannungszustand. Dabei können «Anker» gesetzt werden, auf die er bei einer allfälligen Stresssituation unter Wasser zurückgreifen kann. Beim Abtauchen ins Wasser braucht es aber sehr viel Erfahrung und die pure Körperkontrolle. «Man lernt, den Kehlkopf zu verschliessen, um eine Luftreserve im Mund zu behalten. Den sogenannten Mouthfill, welcher für den Druckausgleich beim Abtauchen in grössere Tiefe(n) benötigt wird.» Ohne den notwendigen Druckausgleich würde das Trommelfell schon in geringer Tiefe reissen, wenn nicht schon zuvor die Schmerzen in den Ohren schon zum Abbruch des Tauchgangs führen. «Mit vorgängigen Atemtechniken und Entspannungsübungen kann ein Mensch innert kurzer Zeit locker eine bis zwei Minuten die Luft anhalten», machte er die Erfahrung. Zum Beispiel presst in 20 Meter Tiefe bereits ein Druck von drei Bar - sprich Kilo pro Quadratcentimeter - auf den Körper. Bei einem erwachsenen Menschen können das gut 15'000 Quadratcentimeter sein. Eine riesige Krafteinwirkung, die die Lunge komprimiert und sich auch auf die anderen Hohlräume im Körper auswirkt. «Daher ist es gut, vor dem Tauchgang nichts zu essen», sagt Kollege Guido, der dem Gespräch folgte. In der Zwischenzeit sind noch Stefan, Stephanie und Saskia dazugestossen. Der Wind wird immer stärker, und die Regenwolken kommen näher. Die Fünf stecken schon in ihren Neoprenanzügen und wagen sich ins Wasser. Ein Sicherheitstaucher wacht stets über seinem Kollegen, sobald dieser an der Leine zieht, schwimmt ihm sein «Buddy» bis zur Hälfte entgegen und begleitet ihn nach oben. Erst einmal erlebte er ein Blackout, und zwar bei seinem ersten Wettkampf im Pool. «Ich dachte, komm ein paar Sekunden schaffst du noch. Und dann wurde alles schwarz.» Ob der Sport gesundheitsschädigend sei, frage ich. Zumindest die Gehirnzellen sterben beim kontrollierten Luftanhalten in der praktizierten Zeit wohl nicht ab, erklärt Rogenmoser. Bei einem Tauchblackout gehts jedoch schnell und die Zellen nehmen Schaden an. Ansonsten spalten sich wie überall die Meinungen. «Ein Kollege ist Arzt und kann sich nicht vorstellen, dass das Freitauchen für viele eine Wohltat ist.» Jedoch kennt er eine Reihe von Ärzten, welche selbst Apnoetauchen und keinerlei Bedenken haben. Roland Rogenmoser zumindest profitiert von dem Sport.

Schweizermeister mit bald 60

Nach der Corona bedingten Pause fand am Samstag 28. Mai in Lausanne wieder eine Schweizer Meisterschaft im Freitauchen statt. Rogenmoser konnte diese für sich entscheiden. Er holte sich bei den drei Disziplinen Zeittauchen, Streckentauchen mit und ohne Flossen zweimal Gold und einmal Silber und das zum 3. Mal in Serie. Und so bleibt er auch nach 4 Jahren der amtierender Schweizermeister.

Von Desirée Müller

Kommentar schreiben

Verbleibende Zeichen 400

Die Redaktion behält sich vor, Kommentare nicht oder gekürzt zu publizieren. Dies gilt namentlich für ehrverletzende, rassistische, unsachliche, themenfremde oder pornografische Beiträge sowie Kommentare, die anderweitig gegen geltendes Recht verstossen. Über Entscheide der Redaktion wird keine Korrespondenz geführt.

[nach oben ^](#)

Welche Motive?

Viel wichtiger, als was die Politiker sagen, ist das Motiv ihres Handelns. Das gilt auch für die Zollpolitik des amerikanischen Präsidenten. Diese Zölle müssen jene zahlen, die schweizerische Exportprodukte kaufen; damit werden sie um 31 Prozent... [weiterlesen](#)

TIERLI-EGGE

Wer will uns?



Candra und Chess stammen von einem heimatlosen Büsi, das ihre Babys auf einem Hof im Verborgenen aufgezogen hat. Die Katzenkinder sind leider sehr scheu. Sie brauchen Menschen, mit viel Geduld, Liebe und einem ruhigen Haushalt, um ihr Vertrauen... [weiterlesen](#)

Kreuzlinger Nachrichten

Titel

Service

[Kreuzlingen](#) | [Weinfelden](#) | [Sport](#) | [Events / Kultur](#) | [Lifestyle](#) | [Community](#) | [Fotostrecken](#) | [Inserate](#) | [Amtliche Publikationen](#)

[Aarauer Nachrichten](#) | [Bodensee Nachrichten](#) | [Gossauer Nachrichten](#) | [Furttaler / Rümlianger](#) | [Herisauer Nachrichten](#) | [Kreuzlinger Nachrichten](#) | [Lenzburger Nachrichten](#) |

[Neue Oltner Zeitung](#) | [Oberthurgauer Nachrichten](#) | [Rheintaler Bote](#) | [See- & Gaster Zeitung](#) | [St. Galler Nachrichten](#) | [Toggenburger Zeitung](#) | [Frauenfelder Nachrichten](#) |

[Weinfelder Nachrichten](#) | [Wiler Nachrichten](#) | [Winterthurer Zeitung](#) | [Zofinger Nachrichten](#) | [Zuger Woche](#)

[Redaktion](#) | [Inserieren](#) | [ePaper](#) | [Home](#)