



## Der ASB bei den Lifesaving World Championships

Ute Bahro bestreift ihre achte Weltmeisterschaft



Ute Bahro (l.) zusammen mit ihrer Freundin Dr. Jeanette Libera-Körner, die auch seit 1988 ihre Wettkampf- und Trainingspartnerin von der WRD-Station Krossinsee ist.



Ute Bahro (2. v. l.), Jeanette Libera-Körner(r.) sowie zwei Schwimmerinnen der DLRG Luckenwalde.

**A**lle zwei Jahre finden die Lifesaving World Championships statt, zuletzt im November/Dezember 2018 im australischen Adelaide. Auch der ASB Berlin war bei der WM vertreten und brachte einige Medaillen, sowohl in den Staffel- als auch Einzeldisziplinen, mit nach Hause.

Eine der Schwimmerinnen ist Ute Bahro – seit 1977 Rettungsschwimmerin und in den Sommermonaten auf der Wasserrettungsstation am Krossinsee im Einsatz. Ute Bahro ist 59 Jahre alt. Es war bereits ihre achte Weltmeisterschaft und jedes Mal hatte sie mindestens eine Medaille im Gepäck. Ute Bahro arbeitet als kaufmännische Angestellte beim NABU.

**Herzlichen Glückwunsch zu Ihren tollen Platzierungen. Wie hat Ihr Umfeld auf Ihren Erfolg bei der Meisterschaft reagiert?**

Vielen Dank. Einige meiner Bekannten erwarten schon beinahe, dass ich eine Medaille mit nach Hause bringe (lacht). Manche wissen aber auch, wieviel Arbeit in der Vorbereitung eines solchen Wettkampfes steckt und würdigen solche Erfolge entsprechend. Mein eigener Druck und die Erwartung an mich selbst haben sich im Laufe der Jahre auf jeden Fall gesteigert.

**Wer nimmt an solchen Wettkämpfen teil?**

In Australien waren dieses Mal rund 3.500 Teilnehmer aus allen

Nationen in verschiedenen Altersklassen mit dabei. Master im Rettungsschwimmen ist man ab 30 Jahren, die älteste Altersgruppe ist 70+, das heißt nach oben offen. In Deutschland ist die älteste Teilnehmerin über 90 Jahre alt.

Die Konkurrenz war vor allem aus dem Gastgeberland groß, wo Rettungsschwimmen ein Volkssport ist, zum Teil in der Schule praktiziert wird und viele Aktive auch als professionelle Lifeguards arbeiten. Viele der Teilnehmer sieht man immer wieder. Teilweise haben sich sogar schon Freundschaften gebildet. Anreise, Unterkunft, Startgelder und Gerätegebühren zahlen die Sportler dabei übrigens jedes Mal selber.

**Wie oft trainieren Sie normalerweise pro Woche?**

Anfang letzten Jahres haben wir zweimal wöchentlich in der Schwimmhalle trainiert, zusätzlich stand einmal pro Woche Krafttraining auf dem Programm. Im Sommer kamen Freiwassertraining und Paddeln dazu. Die letzten drei Monate vor dem Wettkampf war ich zirka viermal pro Woche in der Schwimmhalle und zweimal beim Krafttraining oder im Freiwasser.

**Das klingt sehr zeitintensiv.**

Ja, manchmal habe ich das Gefühl, mein Leben besteht vor allem aus Arbeiten, Trainieren, Essen und Schlafen. Aber es macht auch sehr viel Spaß.

**Wie geht es weiter für Sie?**

Ich hoffe natürlich, dass ich noch lange fit genug sein werde, um an Wettkämpfen teilzunehmen. Die diesjährige Europameisterschaft findet in Italien statt. Wenn ich ein passendes Damenteam finde, werde ich daran teilnehmen. Ende März findet die Berliner Meisterschaft statt, hier mache ich auf jeden Fall mit. Vielleicht nehme ich auch noch an der Deutschen Meisterschaft Ende April teil.

**Wir drücken Ute Bahro für alle weiteren Wettkämpfe die Daumen.**

INTERVIEW: PATRICIA DICHTL

## Eröffnung der ASB Akademie Berlin

Landesverband organisiert und bietet Kurse an

**D**er ASB Berlin verfügt seit November letzten Jahres wieder über eine eigene Akademie. Dabei werden die Kurse nun zentral über den Landesverband Berlin organisiert und angeboten.

„Das Thema Aus- und Weiterbildung spielt beim ASB traditionell eine große Rolle. Mit der ASB Akademie Berlin wollen wir zukünftig einen einheitlichen Ausbildungsstand für alle Gliederungen schaffen und langfristig Rettungskräfte für den beruflichen Nachwuchs ausbilden.“, so Steffen Zobel, stellvertretender Geschäftsführer des ASB-Landesverbandes Berlin.

Die Rückmeldungen unserer Teilnehmer waren bislang durchgehend positiv. Eine, die vor Kurzem ihren Sanitätshelferlehrgang erfolgreich abgeschlossen hat, ist Christin John, die begeistert

erzählt: „Wir waren eine super Truppe, sodass bei all den neuen Lehrinhalten auch der Spaß nicht zu kurz kam. Durch die sehr gute Vorbereitung der Ausbildung wurde uns der Stoff in Theorie und Praxis gut und verständlich vermittelt. Auch das Ergebnis, dass alle Teilnehmer die Prüfung bestanden haben, spricht für die gute Lernatmosphäre. Ich freue mich schon darauf, das Wissen in den nächsten Sanitätsdiensten anzuwenden.“

Die Kurse bestehen dabei aus zehn bis 20 Teilnehmern. Für 2019 plant der ASB Berlin unter anderem Lehrgänge in den Bereichen Sanitätsdienst, Katastrophenschutz und Wasserrettung. Darüber hinaus werden ab diesem Jahr auch die Fortbildungen für den Rettungsdienst offiziell über die Akademie gesteuert.

PATRICIA DICHTL

