



Swann Oberson gewinnt an der WM in Schanghai Gold über 5 Kilometer.

## «Wasser ist mein Element»

Pro Tag schwimmt sie zwanzig Kilometer, ist bis zu sechs Stunden im Wasser. Jetzt ist **Swann Oberson** mit WM-Gold für ihr hartes Training belohnt worden. Sie erzählt von Freude und Anstrengung – und wieso sie sich vor Fischen ekelt.

Text **Stefanie Werner**

**SCHWEIZER FAMILIE:** Frau Oberson, Ende Juli holten Sie in Schanghai für die Schweiz die erste Goldmedaille an einer Schwimm-Weltmeisterschaft. Wie fühlen Sie sich?

**SWANN OBERSON:** Ich freue mich. Niemand hätte gedacht, dass ich das schaffe. Sie auch nicht?

Nein, aber nach dem Rennen sagte meine Trainerin Elena Nembrini: «Ich wusste, dass du Chancen hast.»

**Sie siegten über eine Distanz von fünf Kilometern im «Open Water», im offenen Wasser im Meer. Kam Ihnen kein Fisch in die Quere?**

Zum Glück nicht. Ich ekle mich enorm vor Fischen. Zudem reagiere ich allergisch, wenn ich Fisch esse. Es reicht ein Bissen, und mein Hals schwillt an. Eine Zeit lang hatte ich wirklich Angst, im Meer zu schwimmen.

**Wegen der Fische?**

Vor allem wegen der Quallen. An einem Rennen im Weltcup in Bulgarien 2009 sind die Tiere in meinen Anzug geraten. Es tat höllisch weh, doch ich wollte nicht aufgeben. Danach war mein Bauch knallrot und geschwollen.

**Vielleicht schwimmen Sie darum so schnell. Weil Sie möglichst rasch wieder aus dem Wasser raus wollen.**

So einfach ist das leider nicht. Angst schadet der Konzentration. Ich musste lernen, die negativen Gefühle zu überwinden.

### Swann Obersons Erfolg

**Am 23. Juli gewann** die schweizerisch-französische Doppelbürgerin Swann Oberson, 25, aus Genf im Meer vor Schanghai über 5 Kilometer die erste Goldmedaille für die Schweiz an einer Schwimm-Weltmeisterschaft. 2008 hatte sie an der Olympiade in Peking am 10-Kilometer-Rennen den 6. Platz, 2009 am Weltcup in der Gesamtwertung den 5. Platz belegt. 2010 gewann sie ihr erstes Weltcup-Rennen. Sie lebt und trainiert in Würzburg, Deutschland.

**An der WM in Schanghai brauchten Sie für fünf Kilometer 1 Stunde, 39 Sekunden und 7 Zehntelsekunden. Wie hält man schwimmend so lange durch?**

Eine Stunde – das ist für mich gar nichts. Im Training schwimme ich pro Tag etwa zwanzig Kilometer, bin bis zu sechs Stunden im Wasser.

**Der Mensch ist kein Fisch und im Wasser somit nicht unbedingt in seinem Element.**

Das gilt nicht für mich. Wasser ist mein Element, mehr als die Luft. Ich genieße es, mich darin zu bewegen.

**Die Wassertemperatur am Strand von Jinshan in Schanghai betrug 31 Grad. Diese Hitze kann den Schwimmern gefährlich werden.**

Da ich wenig Körperfett habe, macht es mir mehr Mühe, wenn das Wasser zu kalt ist. Beim Weltcup im Juni 2010 in Portugal verzichtete ich auf den Start, weil das Wasser 16 Grad kalt war. Kaltes Wasser kann genauso gefährlich sein wie zu warmes Wasser.

**Vor einem Jahr ist der amerikanische Schwimmer Fran Crippen am Weltcup im Persischen Golf an Überhitzung gestorben.**



«Ich genieße es, mich im Wasser zu bewegen»: Langstreckenschwimmerin Swann Oberson, 25.

Das war ein Schock und sehr tragisch. Im Wasser merkt man nicht, dass man schwitzt und viel Flüssigkeit verliert. Darum ist es enorm wichtig, auch während des Rennens zu trinken. Ich trinke alle 2,5 Kilometer ein Glas, das mir das Team von einem Boot aus reicht. Zwar verliert man beim Trinken Zeit, dafür ist aber die Sicherheit gewährleistet.

**Die Kunstturnerin Ariella Kaeslin beendete Ihre Karriere, unter anderem um ihren Körper zu schonen. Wie geht es Ihrem Körper?**

Seit einem Jahr trainiere ich in Würzburg in Deutschland. Und seither vergeht kein Tag, an dem ich keinen Muskelkater, keine Schmerzen in Armen und Beinen habe. Manchmal weine ich. Im Januar wollte ich sogar alles hinschmeissen. Ich dachte, ich sei fertig mit dem Schwimmen.

**Sie haben durchgehalten.**

Und meine WM-Goldmedaille bestätigt mir, dass es sich gelohnt hat.

**Wie geht es jetzt weiter?**

Sicher ist, dass ich keine zehn Jahre so weitermachen werde: Schlafen, schwimmen,

essen – das ist auf Dauer kein Leben. Ich bleibe in Würzburg bis zu den Olympischen Spielen 2012, gebe alles, um erfolgreich zu sein. Danach kehre ich nach Genf zurück – zu meiner Familie und zu meinem Freund.

**Finden Sie noch Zeit für Ihren Freund?**

Jetzt schon, aber vor der WM sahen wir uns kaum. Hinzu kommt, dass ich vor jedem Wettkampf sensibel bin. Ich werde schneller wütend oder zickig. Umso dankbarer bin ich, dass meine Familie und mein Freund zu mir halten, dass sie mich verstehen und mich immer unterstützen. ■