

Extremschwimmer Hans Fuhrmann umrundet Menorca

Unser Abenteuer begann am 5. September 2022 um 5 Uhr im Hafen von Porto Colom auf Mallorca. Von hier aus starteten wir mit unserem Begleitboot, der Meridian, unter Führung von Skipper Rüdiger Rossbach aus Halver zur Überfahrt nach Menorca. Komplettiert wurde unser Team durch meine Frau Sabine und meinen Trainer Marcel van der Togt aus Den Haag.



Schon auf der Überfahrt wurde unser Vorhaben auf eine erste Probe gestellt: Mit Ausnahme des Skippers wurden wir alle seekrank... Zu dieser Zeit konnte ich mir nicht vorstellen, ins Wasser zu springen, geschweige denn zu schwimmen. Nach ca. 9 Stunden erreichten wir um 15 Uhr unseren Startpunkt vor Ciutadella und zum Glück bekam der Geist rechtzeitig die Oberhand über den Körper: Badehose an, einschmieren mit Kokosöl, Mund damit umspülen, rein und ab. Endlich waren die geistigen Bilder aus meinem Visualisierungstraining im wirklichen Leben angekommen. Perfekt.

Die erste Etappe geriet dann doch etwas kürzer. Mit zunehmendem Unwohlsein und reichlich "Fische füttern" schaffte ich 12 km bis zum ersten Stopp. Die Anfahrt zum geplanten Ankerplatz war dadurch natürlich länger und hier zeigte sich bereits einer der Lerneffekte dieses Projektes: Pläne sind da, um sie anzupassen. Dies war eine der permanenten Aufgaben meines Trainers während der gesamten 5 Tage.



Start zum nächsten Abschnitt war um 4 Uhr morgens. Dieser verlief dann auch geplant (19 km, 6:48 Std.). Die ersten Etappen führten entlang der wunderschönen, relativ einsamen Nordküste Menorcas. Außer einigen Quallenbegegnungen und temporärer Schmerzen in Schulter und Oberarm gab es keine besonderen Vorkommnisse. Einfach grandios, Sonnenaufgänge und -untergänge aus Schwimmersicht zu bewundern und sich mit der Natur verbunden zu fühlen. Immer wieder wird mir in solchen Momenten bewusst, welch kleine Sandkörnchen wir Menschen doch in diesem gigantischen, perfekten Getriebe Natur sind und wie überflüssig doch viele unserer alltäglichen, Großteils selbstgemachten Probleme sind.



Am dritten Tag mussten wir dann ungeplant einen halben Tag vor Anker bleiben. Starke Winde hätten das Ankern am nächsten Ankerplatz zu riskant gemacht. Im ganzen gesehen hatten wir gute Bedingungen. Geplant, und ungeplant wechselnde Winde gehören natürlich immer dazu. Beispiel: 2 Etappen mit jeweils ca. 16 km. Für die Etappe mit Gegenwind benötigte ich 7 Stunden, die Etappe mit Rückenwind absolvierte ich in 4:30 Stunden.

Die folgenden Etappen liefen unproblematisch und es war schon erstaunlich, dass ich mich gegen Ende wieder stärker fühlte. Hier zeigte sich deutlich, dass mich mein Trainer auf den Punkt perfekt vorbereitet hatte. Für mentale Tiefen war aufgrund der Motivation durch mein Team und die vielen Wünsche über die sozialen Medien kein Platz.



Erschöpft, aber glücklich erreichten wir am Samstag, 10.09. um 13 Uhr unseren Zielpunkt Ciutadella.

Wir haben alle viel gelernt aus unserer ersten Etappenfahrt und für mich bleibt wieder einmal festzuhalten: Ohne mein gesamtes Team, welches teilweise noch weniger Schlaf hatte als ich, wäre eine solche Unternehmung völlig unmöglich.

Hierfür und für die vielen kleinen Motivationen vieler Menschen eine herzlichen Dank !