

FRAG-WÜRDIG MIT MARTINA VAN BERKEL (18), LIMMAT SHARK UND SCHNELLSTER DELFIN

«Dieser Rekord gibt Zuversicht für Peking»

Martina van Berkel schwamm am Wochenende in Uster mit 2:13,81-Minuten über 200 m Delfin Schweizer Rekord. Das soll erst der Anfang gewesen sein.

Mit **Martina van Berkel** sprach **Jörg Greb**



Martina van Berkel, war dieser Rekord in Uster geplant?

Vor zehn Tagen im Trainingslager mit den Limmat Sharks Zürich sagte ich wirklich: «Weil ich mich derart gut fühle, schwimme ich meinen ersten Rekord bereits an den Regionenmeisterschaften.» Die Aussage machte ich spasshalber. Aber wir trainierten in Canet in Südfrankreich sehr effektiv. Meine Trainingwerte waren überzeugend und bereiteten mir sehr grosse Freude. Und sie beeindruckten auch meine Kollegen und Trainer.

Ein Rekord auf Ansage, eben doch. Nein, ganz klar nein. Zumal mich mein Körper bremste. Gegen Ende Lager meldeten sich die Schultern und machten Probleme. Seit meinem Klub- und Trainerwechsel auf September hin von SC Winterthur zu den Limmat Sharks und von Andrei Ichoutov zu Dirk Reinicke schwimme ich ganz andere Umfänge, mehr Kilometer und stärker spezialisiert auf die Paradedisziplin Delfin. Die Belastung hat zugenommen. Daran muss sich mein Körper vorerst noch gewöhnen.

Ein Rekord auf Ansage, eben doch.

Nein, ganz klar nein. Zumal mich mein Körper bremste. Gegen Ende Lager meldeten sich die Schultern und machten Probleme. Seit meinem Klub- und Trainerwechsel auf September hin von SC Winterthur zu den Limmat Sharks und von Andrei Ichoutov zu Dirk Reinicke schwimme ich ganz andere Umfänge, mehr Kilometer und stärker spezialisiert auf die Paradedisziplin Delfin. Die Belastung hat zugenommen. Daran muss sich mein Körper vorerst noch gewöhnen.

Also überrascht Sie das Timing?

Ich hatte mir vorgenommen diesen Rekord an den Kurzbahn-Schweizer-Meisterschaften Ende November zu knacken. Schliesslich war ich bereits im Sommer mit 2:15,38-Minuten die zweitbeste Langbahnzeit einer Schweizerin geschwommen. Dass ich aber bereits jetzt dazu fähig sein sollte, hätte ich nicht gedacht.

Warum traten Sie an den Regionen-Meisterschaften Zentralschweiz/Ost in Uster an. War dies der richtige Rahmen?

Wie gesagt, es ging mir nicht um den Schweizer Rekord. Das war kein wichtiger



BILD WERNER SCHAERER/EQ IMAGES

Martina van Berkel an den Swiss Open, damals noch für Winterthur im Becken: «Junge Männer als Trainingspartner.»

Wettkampf, nicht mehr als ein Trainingsrennen. Ich fühlte mich vom Trainingslager auch noch nicht erholt. Hinzu kam, dass ich kränkelte. Nach Frankreich brach eine starke Erkältung aus. Nach den beiden Finalsiegen über 200 m Rücken und 200 m Lagen riet mir sogar mein Trainer zurückzustecken. Ich sähe mitgenommen aus, sagte er. Ich solle nur noch die 200 m Delfin schwimmen.

Welche Schlüsse ziehen Sie aus dieser Parforce-Leistung?

Mir gelang wieder ein Schritt vorwärts. Dieser Rekord gibt Zuversicht für Peking, auf die Olympia-Qualifikation im nächsten Jahr.

Eine erstaunliche Perspektive. Vor ziemlich genau einem Jahr hatten Sie gerade diese Ambitionen begraben.

Stimmt. Im letzten Herbst sah ich die Perspektive Peking nicht mehr. Ich war entschlossen, fortan auf die Karte Triathlon zu setzen. Nur wusste ich damals noch

nicht, dass meine Knie für ein intensives Lauftraining nicht gemacht scheinen. Die asymmetrischen Kniescheiben hinderten mich. Die Ärzte sprachen mir Perspektiven im Triathlon wegen dieses Handicaps ab. Das deprimierte arg. Ich war psychisch am Boden und wusste nicht mehr weiter. Aus der Not kehrte ich wieder zum intensiven Schwimmen zurück, temporär, wie ich dachte. Doch sehr schnell stellten sich die erstaunlichen Zeiten ein, auch zu meiner Überraschung.

Was brachte Klub- und Trainerwechsel?

Ausschlaggebend für den Wechsel nach Zürich zu den Limmat Sharks waren die langen Wege mit dem grossen Zeitaufwand. Zudem stimmte das Umfeld in Winterthur nicht mehr. Mir fehlten die ebenbürtigen Mitschwimmerinnen. In Zürich ist dies nun anders. Viele junge Männer stellen für mich gute Trainingspartner dar. Weiter schwimme ich mehr Kilometer pro Training. Zwei Mal schwimme ich neu auch am Morgen.

Wie geht es nun weiter?

Für mich sind dieser Rekord und die zeitlichen Steigerungen nur ein Anfang. In vier Wochen stehen die Schweizer Kurzbahn-Meisterschaften auf dem Programm. Noch bedeutender aber werden die Europameisterschaften Mitte Dezember in Debrecem (Un) sein. Und die Weichen definitiv in Richtung Peking stellen kann ich bereits im März an den Langbahn-Europameisterschaften in Eindhoven.

Sie haben das Studium der Publizistik und Kommunikationswissenschaften aufgenommen mit Nebenfach Ethnologie. Wie läuft es da?

Das Studium ist strenger als vermutet. Zudem stehen im Dezember die ersten Prüfungen an. Da bin ich gefordert, muss ich einen Weg finden. Ich werde versuchen, Sport und Ausbildung weiterhin unter einen Hut zu bringen. Ich benötige diese Doppelbelastung. Die Konzentration nur auf den Sport kann ich mir nicht vorstellen.