Beim Tauchteam spielt sich beileibe nicht alles unter Wasser ab. Auch beim Stadtradeln (links) nahmen die Taucher teil. Die Kids trainieren außerhalb der Ferien immer donnerstags im Vitusbad. Ab acht Jahren darf man mit abtauchen. Fotos: Privat/ Andreas Baum (2)

# Abtauchen in toller Gemeinschaft

In unserer Sommerserie „Wasser-Fälle" tauchen wir in dieser Woche ab – und zwar mit dem Tauchteam MG. Der Verein ist seit 43 Jahren aktiv.

von Yvonne Simeonidis

Beim Unterwasserrugby geht es bisweilen ganz schön wild zu. Der Sport ist allerdings wesentlich weniger körperbetont als die Variante an Land.

**Mönchengladbach.** „Entweder es ist Liebe auf den ersten Blick oder man lässt die Finger davon", beschreibt Klaus Lehneis wie die erste Berührung mit dem Tauchsport normalerweise abläuft. „Man sieht den Leuten meist schon in der theoretischen Einführung vor dem ersten Schnuppertauchen an, ob sie wiederkommen oder nicht", fügt er lachend hinzu. Er selbst ist seit elf Jahren beim Tauchteam MG aktiv und aktuell Sportwart. Den Weg zum Tauchen fand er durch seine Frau, die ihm zum Geburtstag einen Tauchgutschein schenkte.

Claudia Schmitz, 2. Vorsitzende und seit fünf Jahren dabei, kam durch die Kinder zum Verein. Ähnlich war es bei Natascha Pieper, Jugendwartin und ebenfalls seit fünf Jahren Mitglied, deren Sohn Unterwasser-Rugby spielt – ein Sport der auch beim Tauchteam praktiziert wird – und in der U15 Deutscher Meister geworden ist.

Doch was macht so ein Tauchverein mitten in der Großstadt? Wo und wie können die Taucher ihrem Hobby frönen? Das Tauchteam MG verzeichnet über 240 Mitglieder – das jüngste acht Jahre alt, die älteste aktive Taucherin ist 75. Gibt es eine Altersobergrenze? „Nein, so lange man die Tauchtauglichkeitsuntersuchung beim Arzt besteht, steht dem Sport nichts im Weg", erklärt Klaus Lehneis. Die Untersuchung muss im Alter von 18 bis 40 Jahren alle drei Jahre und darüber jedes Jahr durchgeführt werden. Ist man Mitglied im Tauchteam, ist man dadurch auch über den Tauchsportverband deutscher Sporttaucher versichert – ein Vorteil, den auch viele passive Mitglieder des Vereins nutzen.

Trainiert wird außerhalb der Ferien zwei Mal die Woche im Vitus- und Pahlkebad. Es gibt spezielle Zeiten etwa für das Jugend- und Rugbytraining sowie auch fürs Abnöetauchen. Denjenigen, die bisher vor dem Tauchsport zurückgeschreckt sind, weil sie hohe Kosten für zum Beispiel Ausrüstung fürchten, können Schmitz, Lehneis und Pieper die Scheu nehmen: „Bei uns kann man sich alles vom Atemgerät bis zum Neoprenanzug leihen", betont Claudia Schmitz und Klaus Lehneis ergänzt: „Tauchen stand lange im Ruf, nur etwas für Reiche zu sein. Das ist aber Quatsch. Wenn man nicht gerade teure Markenneuware kauft, kann man sich recht günstig ausrüsten."

Den Anfängern wird peu a peu der Umgang mit der Ausrüstung beigebracht – und zwar immer eins zu eins. „Anfänger gehen bei uns nie in der Gruppe ins Wasser. Es ist immer ein Trainer pro Taucher da", betont Claudia Schmitz. Hürde ist für einige das Atmen mit Gerät. „Stellen Sie sich vor, sie haben eine dicke Erkältung und können nur durch den Mund atmen. So fühlt sich das an", erklärt Lehneis. Weiterer wichtiger Punkt: das Austarieren. Das sogenannte „Tarierjacket" sorgt durch Luft- zu und -abfuhr für das „rauf und runter" und hilft beim „geraden" Liegen im Wasser. „Unser Schwerkraftgefühl lässt uns immer die Senkrechte suchen", erklärt Claudia Schmitz und fügt hinzu: „Gerade in flachen Gewässern ist es aber wichtig, sauber zu tarieren. Sonst landet man mit dem Kopf im Sediment."

Fast ohne Gerät – nur mit Schnorchel und Taucherbrille – läuft das Abnöetauchen ab, bei dem man bis zu anderthalb Minuten lang die Luft unter Wasser anhält. Eine Fähigkeit, die besonders beim Unterwasser-Rugby gebraucht wird. „Durch die Bewegung und den Zweikampf unter Wasser kommt man allerdings nicht auf die anderthalb Minuten", erklärt Natascha Pieper.

Vereinsgewässer des Tauchteams MG ist der Bösinghovener Weiher am Strümper Kreuz. Da treffen sich auch jetzt in den Ferien jeden Freitag die Taucher – wer Lust hat, kommt.

Sowieso sind die Taucher ein sehr geselliges Völkchen. Zum Saisonauftakt gibt's das Antauchen, zum Abschluss das – genau – Abtauchen, ein Kindertauchwochenende wird ebenfalls veranstaltet, gemeinschaftliche Tauchurlaube werden organisiert, Wochenendfahrten, Tagesausflüge und mehr. Im Tauchteam wird aber nicht nur getaucht. Bei Bowlingabenden, Ski fahren in Winterberg, Martinsgansessen, Feuerzangenbowle-Treffen und mehr sind auch die nichttauchenden Familienmitglieder immer gerne gesehen.

**FAKTEN**

- Das Tauchteam MG existiert seit 1974. Im Verein können das Deutsche Tauchsportabzeichen (1 bis 3 Sterne) sowie das Kindertauchsportabzeichen abgelegt werden.
- Kinder können mit acht Jahren starten – Schwimmabzeichen Bronze ist von Vorteil
- Neben der Möglichkeit, Ausrüstung auszuleihen, können Mitglieder ihre Druckluftflaschen kostenlos auffüllen.
- Genaue Trainingszeiten sowie ein Überblick über Veranstaltungen und eine Auflistung der Trainer inklusive Qualifikationen finden sich auf www.tauchteam-mg.de. Wer zum Schnuppern vorbeikommen oder erst einmal nur zuschauen möchte, melde sich unter info@tauchteam-mg.de.

HERBRAND KLEIDERPFLEGE
Annakirchstrasse 95 – 41063 MG-Windberg

Wir wünschen allen erholsame Sommerferien
Tel.: 02161-895810 www.Textilreinigung-MG.de

Jeden Sonntag aktuell – auch online!
extra-tipp-moenchengladbach.de Extra-Tipp am Sonntag

ESSER ...macht Gutes noch besser!
gültig vom 31.07.-05.08.2017
UNSERE WOCHENANGEBOTE:
Mettrolle pikant gewürzt 500g-Rolle (100g=0,70) 3,49
ESSERS EDLE kleine Schinkenwurst Goldprämiert! statt 4,40 €/Stück, jetzt nur 400g-Stück (100g=1,00) 3,99
DURESS Schnitzel aus der Oberschale natur oder paniert 100g -,99
Pfefferbeisser frisch aus dem Buchenholzrauch 70g-Stück (100g=1,43) 1,00
Lummersteaks „Rustika" magere Schweinerückensteaks, fertig gewürzt 100g 1,19
Frisch für Sie gekocht! fixe Mahlzeit ESSER
Hähnchenbrustfilets „Chili-Mango" mit besonders leckerwürziger Marinade 100g 1,49
Hähnchenbrust mit Kartoffel-Lauch-Ragout 400g-Schale (100g=1,12) 4,49
DURESS Das rheinische Qualitäts-Schwein:
robuste Rassen schmecken wie früher
Besuchen Sie uns im Internet: www.duress-schwein.de
DIE FLEISCHEREI GANZ IN IHRER NÄHE:
MG-Holt (im Netto-Markt) · Bahnstraße 126 · Telefon 02161.30 74 06
MG-Hehnerholt (im Penny-Markt) · Hehnerholt 77 · Telefon 02161.307 19 59
MG-Rheindahlen · Beecker Straße 15 · Telefon 02161.83 05 50
MG-Rheydt · Stresemannstraße 1-7 · Telefon 02166.416 22
MG-Wickrath (im Norma-Markt) · Kohlenweg 35 · Telefon 02166.990 66 23
Korschenbroich · Am Brauhaus 30 · Telefon 02161.64 29 50
WWW.WURST-ESSER.DE

# Bike-Seeing durch Mönchengladbach

**Mönchengladbach.** Der Radsportbezirk Mönchengladbach e.V. veranstaltet in Kooperation mit der Marketing Gesellschaft Mönchengladbach mbH am Sonntag, 20. August eine Stadtrundfahrt über 30 Kilometer , entlang der Tour-Strecke. Im Mittelpunkt stehen Schloss Rheydt, Schloss Wickrath, Borussia-Park, Sparkassen Park, Wasserturm, Hauptpfarrkirche, Alter Markt, Rathaus und Münster. Die Durchschnittsgeschwindigkeit beträgt rund 15 Stundenkilometer in gemütlichem Tempo. An den Sehenswürdigkeiten erhalten die Teilnehmer durch einen sachkundigen Stadtführer viele interessante Informationen und Wissenswertes zur Historie.

Start und Ziel ist am Bike Center Pfennings, Hehner Straße 115. Anmeldungen sind bis zum 10. August per Mail an hp@bike-center-pfennings.de möglich. Die Teilnehmerzahl ist auf 30 begrenzt, die Teilnahme ist kostenlos.

Wer schnell ist, hat die Möglichkeit auf dieser Tour ein E-Bike der neuesten Generation kostenfrei zu testen.

www.ticketplusservice.de
Ticket-Service
TICKET plus SERVICE

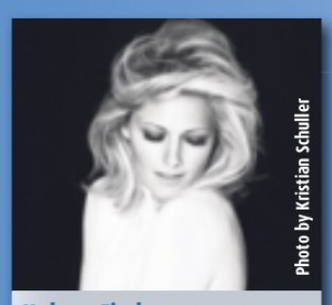
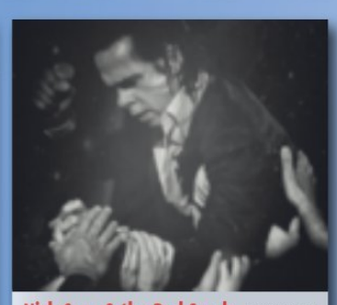
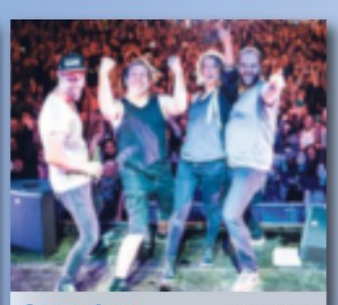
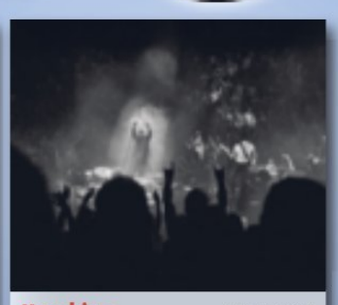
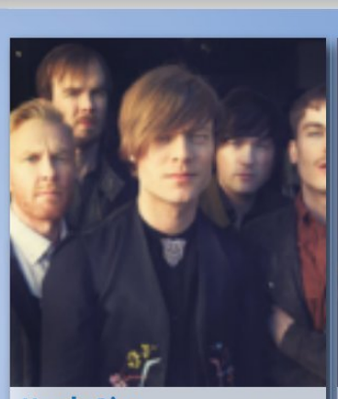
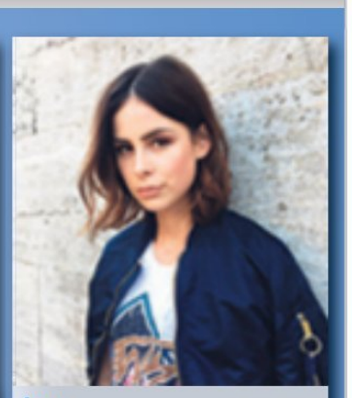



Photo by Kristian Schuller
Helene Fischer 03.–08.10.2017 LANXESS Arena, Köln

Nick Cave & the Bad Seeds 12.10.2017 Mitsubishi Electric Halle, Düsseldorf

Guano Apes 13.10.2017 E-Werk, Köln

Kasabian 07.11.2017 Palladium, Köln

Mando Diao 24.11.2017 Palladium, Köln

London Grammar 25.11.2017 Palladium, Köln

Lena 19.12.2017 Gloria, Köln
Mit uns immer live dabei!
Berliner Platz 11 · 41061 M´Gladbach Telefon 02161/81 98 41
Marktstr. 5 · 41236 MG-Rheydt Telefon 02161/81 98 41
Hauptstraße 89 · 41747 Viersen Telefon 02162/9 33 99-0
Hubertusplatz 4 · 47877 Willich-Schiefbahn Telefon 02154/91 64-0
die anzeige