



DIE FRAU, DIE SCHWIMMREKORDE BRACH, GEHT IHREN WEG AUCH IN ANDEREN SPORTARTEN

Chantal Cavin war einst eine der schnellsten Schwimmerinnen der Welt, jetzt läuft sie Marathons. Und die blinde Bernerin setzt sich dafür ein, dass Menschen mit Behinderung selbstbestimmt leben und Sport treiben können.

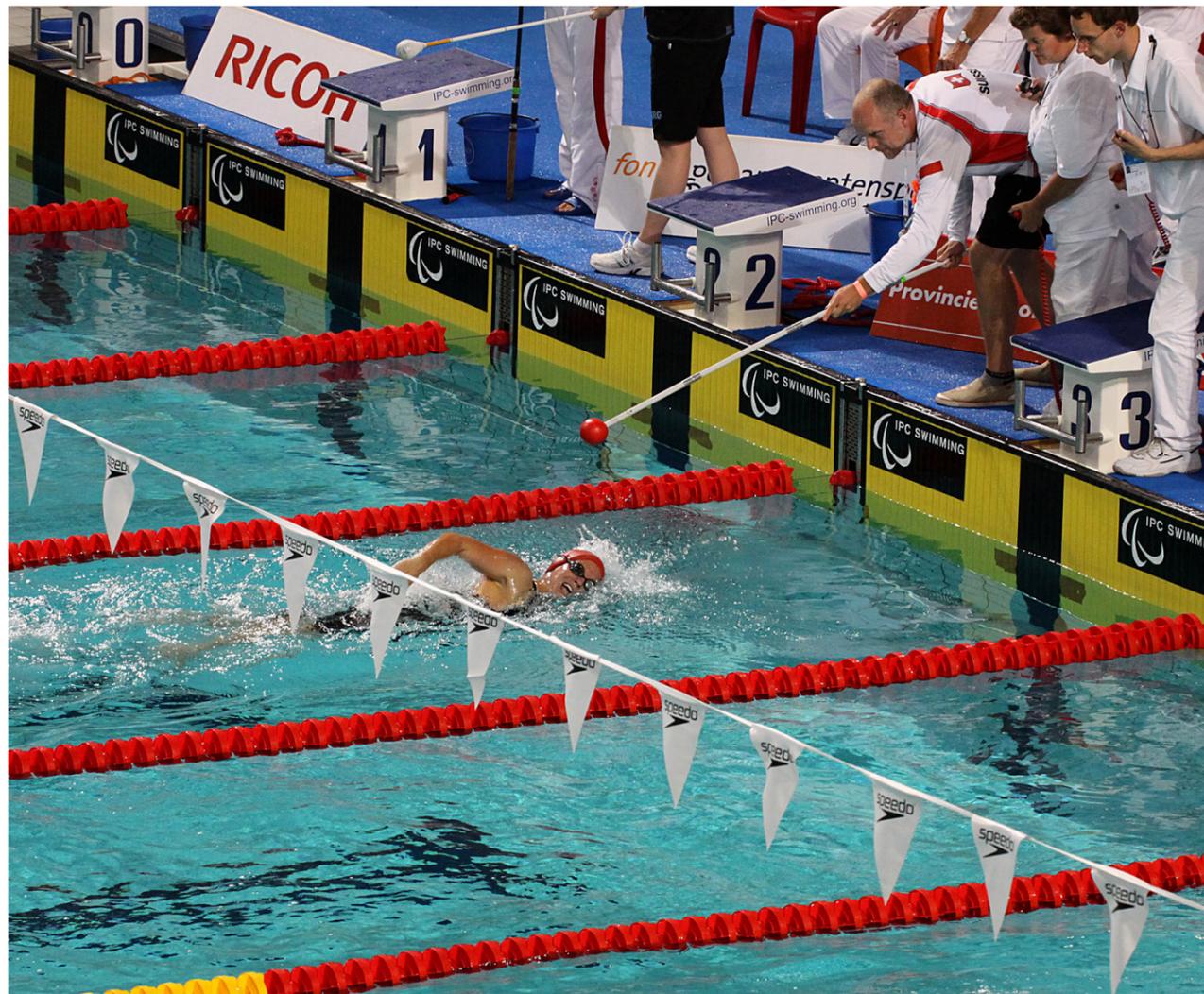
Simon Scheidegger über Chantal Cavin

Es ist ein frühlingshafter Nachmittag im Mai. In den Gassen Berns sind die Cafés gut besucht, und die Leute geniessen die Sonnenstrahlen, die bis dahin nur selten zu spüren waren. Die eine oder der andere Wagemutige wird sich an diesem Donnerstag vielleicht auch eine Abkühlung in der Aare gönnen und sich im Wasser durch die Flussschleufe treiben lassen.

Chantal Cavin nicht. Sie bezeichnet sich selbst als eine «Schwimmerin im Ruhestand». Und doch war das Wasser während fast 20 Jahren ein prägendes Element im Leben der Bernerin. Wobei «prägend» wohl sogar etwas zu tiefgestapelt ist, zumal die heute 45-Jährige in ihren Jahren als Spitzschwimmerin phasenweise zu den Besten der Welt gehörte. Doch bis aus ihr die mehrfache Weltmeisterin und Weltrekordhalterin wurde, hatte Cavin erst zur Schwimmerin werden müssen.

Der Weltrekord, der immer noch steht

Als Teenager macht sie Judo. Als sie jedoch bei einem Trainingssturz mit dem Hinterkopf so auf den Boden aufprallt, dass sie erblindet, muss sie sich eine andere sportliche



Schnell und erfolgreich: Chantal Cavin im Schwimmbecken (zvg)

Aktivität suchen. Ihre Blindenschriftlehrerin empfiehlt ihr das Schwimmen, und so schliesst sie sich dem Schwimmklub Bern an.

Es ist ein erstes Mal, an dem sie sich einfach mitten hinein wagt, wie sie es nennt. Denn vor ihr hatte noch nie jemand mit einer Sehbehinderung ins Wasserbecken steigen wollen. Doch Cavin wird in die Gruppe integriert, schwimmt erst mit jüngeren Athletinnen, und später findet sie mit der EM-Bronzemedaille-Gewinnerin Patrizia Humplik die perfekte Trainingspartnerin und mit dem Deutschen Martin Salmingkeit den perfekten Trainer. Da Humplik's Zeiten im Brustschwimmen etwa gleich sind wie diejenigen, die Cavin im Crawl schwimmt, können die beiden oft zusammen trainieren, sich gegenseitig unterstützen

und pushen, ohne sich dabei aber zu konkurrenzieren. Zweimal pro Tag schwimmt sie zu dieser Zeit ihre Längen im Becken und perfektioniert ihre Bewegungsabläufe.

So wird Cavin zur Frau, die Rekorde bricht. Mit Ausnahme des Weltrekords über 400 m Crawl hat sie alle globalen Bestmarken in der Königsdisziplin mindestens einmal inne, wobei in ihrer Erinnerung vor allem eine besonders haften geblieben ist: Im Dezember 2006 unterbietet sie an den Weltmeisterschaften im südafrikanischen Durban über 100m in 1:11,37 eine 22 Jahre alte Bestmarke der Kanadierin Yvette Michael um 15 Hundertstel. «Das war damals schon sehr speziell», sagt Cavin. Weil gerade in einer Sportart wie Schwimmen Weltrekorde in der Regel nicht so langlebig sind und

technische Innovationen und besseres Material teils dazu führen können, dass Bestmarken nur für ein paar Stunden Bestand haben.

Deshalb überrascht es nicht, dass auch sie mit der Zeit in einzelnen Disziplinen als Weltrekordhalterin abgelöst wurde. «Das ist auch gut so, denn es zeigt, dass sich der Sport weiterentwickelt», sagt Cavin und nimmt einen Schluck ihres Cappuccinos. Auch wenn ihre Aktivzeit als Schwimmerin über elf Jahre zurückliegt – ihre Bestzeiten kann sie nach wie vor wiedergeben. 23:01.06, beispielsweise. Ihre Weltrekordzeit, die sie im Januar 2005 in Uster über 1500 m aufgestellt hat. Als Cavin feststellt, dass diese Marke als einzige bisher nicht unterboten wurde, freut sie sich sichtlich. «Dann sollen sie mal etwas Jus geben», sagt sie und lacht.

Die Lücke der Paralympics

Trotz Weltmeistertiteln, Weltrekorden, Medaillen bei Europameisterschaften und zahlreichen nationalen Titeln gewinnen – eine Lücke gibt es im Palmarès der Berner Schwimmpionierin. Eine Medaille der Paralympics fehlt in ihrer Sammlung, nachdem sie 2004 in Athen, 2008 in Peking und 2012 in London dreimal am grössten Sportanlass teilgenommen hat. Vorab in China geht sie als amtierende Weltmeisterin mit viel Selbstvertrauen an den Start, am Ende fehlen trotz guter Leistung ein paar Hundertstel für eine Medaille. Klar sei das schade, sagt Cavin rückblickend. «Aber so ist der Sport. Wenn ich alle Wettkämpfe immer mit 10 Sekunden Vorsprung gewonnen hätte, hätte es auch keinen Spass gemacht.»

Nach den Spielen in London zieht sie einen Schlussstrich unter ihre Laufbahn als Schwimmerin. Sie überlegte sich schon vorher, aufzuhören, weil Aufwand und Ertrag zusehends in einem Missverhältnis gestanden waren. Und weil sie ihre Gesundheit schützen wollte: Nachdem sie sich 2004 in Athen bei einer Wunde einen Riss im Trommelfell zugezogen und sich bereits fünf Operationen unterzogen

hatte, war Schwimmen vermehrt zum Risiko geworden, da kein Wasser ins Ohr gelangen darf.

Die Nächte im Badeanzug

Cavin vermisst es nicht. Sie ist dem Schwimmsport nach wie vor verbunden und fungiert für die aktuellen Mitglieder des Nationalkaders in einer beratenden Funktion, manchmal beherbergt sie sie auch während eines Trainingswochenendes in ihrer Wohnung und kocht Pasta. Nora Meister habe sie einmal überzeugen können, mit in die Schwimmhalle zu kommen, erzählt Cavin. Als die Nächte ihres Badeanzugs jedoch platzten, bevor sie überhaupt ins Wasser steigen konnte, weil sie durch den jahrelangen Nichtgebrauch so spröde geworden waren, war das für sie ein deutliches Zeichen dafür, dass es nichts werden sollte mit der Rückkehr ins kühle Nass.

«Es würde wahrscheinlich gar nicht so blendend aussehen», sagt Cavin und lacht. «Jetzt bin ich zwar enorm fit, aber mir fehlen die Muskeln im Rücken und in den Schultern. Darum würde es mir wohl gar nicht so viel Spass machen wie vorher.»

Das Ende der Schwimmkarriere ist der Anfang als Läuferin. Erst ist Cavin Triathletin, startet bei fünf Ironmans und träumt von einem Start auf Hawaii, dann verschiebt sich der Fokus aufs Laufen, da der Schwimmabschnitt zu Beginn eines Triathlons erneut ein Risiko für das Ohr darstellen könnte. Heute läuft die Bernerin Marathons.

Das Zauberwort Selbstbestimmung

Es ist ein weiteres Moment, in dem sie sich in ihrem Leben als Sportlerin einfach mitten hinein begibt in eine Welt, in die sich blinde Menschen vorher nicht getraut haben. Das brauche manchmal schon Mut, gibt sie zu. Weil sie in einem Umfeld der Sehenden auffällt und bisweilen auch auf Ablehnung stossen kann. Wie als ihr der Veranstalter eines Ironmans in Frankreich eine Teilnahme erlaubt, als sie jedoch an den Start gehen möchte, schickt sie der Schiedsrichter wieder nach Hause. Weil er behauptet, Cavin habe mit ihren Guides, die sie mit einer Schlaufe ums Handgelenk durchs Gelände begleiten und auf potenzielle Hindernisse und Stolperfallen aufmerksam machen, einen Vorteil gegenüber anderen Startenden.

DIE SITUATION IM BLINDENSPIEL

Es gibt einige Sportarten, die speziell für Menschen mit Sehbehinderung entwickelt wurden. Dazu gehören Torball, Tischball und Blindenfußball. Bei allen diesen Sportarten wird mit einem Ball gespielt, der Geräusche erzeugt, damit sich die Sportlerinnen und Sportler orientieren können, und diese tragen je eine Dunkelbrille, um bei unterschiedlichem Sehvermögen Chancengleichheit zu gewährleisten. Beim Torball sind pro Team je drei Personen auf dem Feld. Ziel ist es, den Ball unter drei Leinen hindurch ins gegnerische Tor zu befördern, das sich über die ganze Breite (7 m) des Spielfeldes erstreckt. Die Leinen stellen sicher, dass der Ball am Boden entlang gespielt wird. Tischball, das auch Showdown genannt wird, erinnert an Tischtennis oder Air Hockey und wird an einer Platte gespielt, bei

der zwei sich gegenüberstehende Personen versuchen, einen Ball unter einer Öffnung hindurch ins gegnerische Tor zu befördern. Blindenfußball wird mit vier Feldspielern und einem Goalie gespielt, wobei dieser als Einziger sehend sein darf. Das Spielfeld ist von Banden umgeben. Einwürfe und Eckbälle fallen im Vergleich zum herkömmlichen Fussball also weg.

Gerade Chantal Cavin beweist aber, dass einer Person mit Sehbehinderung mit der Unterstützung von Guides die allermeisten Sportarten offenstehen, die Sehende auch betreiben.



Mit Brille: Chantal Cavin verschiebt Grenzen (zvg)

Es sind Momente, in denen Cavin merkt, dass die Gesellschaft noch nicht so weit fortgeschritten ist, wie sie sich das wünschen würde. In denen sie spürt, dass Menschen mit Behinderung noch nicht die Akzeptanz geniessen, um Teil einer inklusiven Gesellschaft sein zu können. «Mir ist bewusst, dass die Welt nicht auf eine blinde Athletin gewartet hat», sagt sie. Anderen sei es in einem separativen Umfeld, in dem die Athletinnen und Athleten mit Behinderung unter sich bleiben, vielleicht wohler. «Das Wichtigste ist, dass alle selbst entscheiden können, wo sie starten wollen.»

Selbstbestimmung ist das Zauberwort. Auch deshalb geht sie immer wieder mitten hinein. Immer, wenn ihr jemand zu verstehen gebe, dass etwas nicht möglich sei, werde sie angestachelt und wolle selber überprüfen, ob dem wirklich so sei, sagt sie. So startete sie

auch einmal beim Jungfrau-Marathon, obwohl gerade die schmalen Bergwege eine Herausforderung für sie und ihre Guides sind.

Die Aufmerksamkeit im Marathon

Seither ist sie Teil des OK und möchte am traditionsreichen Rennen die Teilnahme von Läuferinnen und Läufern mit Behinderung fördern. Überhaupt ist es ihr wichtig, ihr Wissen und ihren Erfahrungsschatz weiterzugeben, damit künftige Generationen nicht mehr mit denselben Hindernissen zu kämpfen haben wie sie. Deshalb arbeitet sie nicht mehr bei einer Bank, wie sie das während 18 Jahren tat, sondern bei PluSport und setzt sich für die Förderung von Inklusion in Sportverbänden ein. Ihr Teilzeitpensum erlaubt es ihr, daneben genügend zu trainieren. Denn ihre Bestzeit im Marathon

von 3:14 Stunden möchte sie noch etwas verbessern. Mittlerweile hat sie ein Team von 14 Guides fürs Training und deren 4 für die Wettkämpfe um sich. Seit November 2022 gehört auch die frühere Marathonspezialistin Maja Neuenschwander dazu.

Bei ihrer Premiere über die 42,195 km im April 2016 in Zürich brauchte Cavin zwei Minuten länger, beendete das Rennen als 22., war überrascht, wie gut sie die Distanz überstanden hatte, wenn sie vorher nicht bereits 3,8 km Schwimmen und 180 km Radfahren wie beim Ironman hatte hinter sich bringen müssen – und erhielt mehr Aufmerksamkeit als nach jedem Weltrekord und WM-Titel. Weil die Leute ihre Leistung nun plötzlich einordnen und vergleichen konnten. «Deshalb ist es enorm wichtig, dass man mitten hineingeht und zeigt, was man hat. Gewinnen werde ich den Zürich-Marathon nie. Aber trotzdem kann man zeigen, dass man fit ist.»

Beiläufig erzählt sie im Gespräch, dass sie den Arbeitsweg regelmässig mit dem Tandem zurücklege, wenn sie die Lust aufs Radfahren packe. Dann fährt sie, ohne zu zögern, von Bern nach Tenero, St. Gallen oder auch Chur. Mit einem Lachen fügt sie an: «Vielleicht ist das ein bisschen irr, aber es macht Spass.»

Simon Scheidegger ist Sportredaktor bei Keystone-SDA. In jungen Jahren schwamm er auf dem Rücken filigran wie eine Forelle, heute würde er wohl eher sinken wie ein Stein.



SPORTLERIN
AUS LEIDENSCHAFT.
DANK IHRER MITGLIEDSCHAFT.

Ihre Mitgliedschaft bei der Schweizer Paraplegiker-Stiftung ermöglicht Menschen mit Querschnittlähmung ein Leben als Sportler*in. Danke für Ihre Solidarität.
paraplegie.ch