

# Sommerzeit

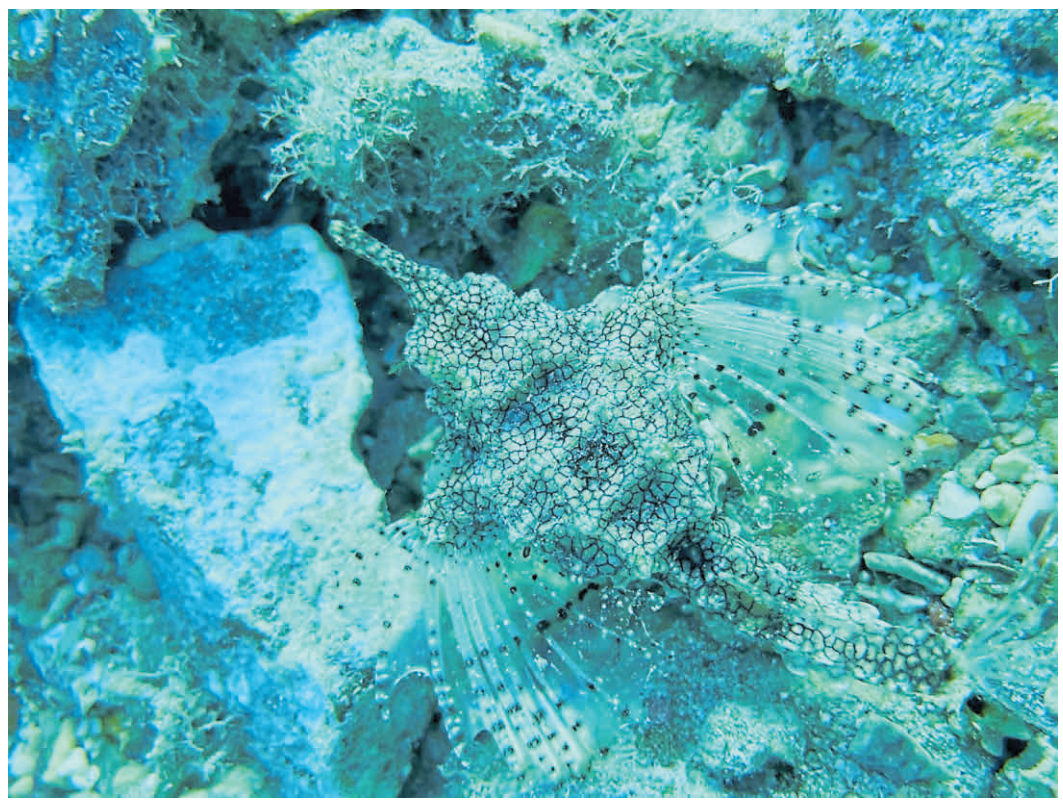
## in unserer Region







Liza Steenemann begutachtet eine Spiegeleiqualle. BILD: PRIVAT



Beim Tauchgang entdeckt: ein Flügelrossfisch. BILD: PRIVAT

*Fortsetzung vorherige Seite*

**Ausrüstung braucht man überhaupt?**

**Liza Steenemann:** Mein Freund hat sein eigenes Equipment, ich leihe bisher noch aus. Eigenes Equipment steht aber als Nächstes auf dem Plan, um Leihkosten zu sparen und mich wohler zu fühlen. Wenn man ausleiht, hat man in jedem Urlaub anderes Equipment. Je nach Gewässer braucht man unterschiedliche Ausrüstung: Neoprenanzug, Maske, Flossen, Schuhe, Atemregler-Set, Jacket, Finimeter, Blei und einen Tauchcomputer. Teilweise kommen auch Handschuhe, Taschenlampe oder Messer dazu.

**Wie bereitest du dich auf einen Tauchgang vor?**

**Liza Steenemann:** Unser Logbuch ist immer dabei, damit wir unsere Tauchgänge dokumentieren können. Außerdem braucht man eine Tauchtauglichkeitsbescheinigung vom Arzt und eine Tauchversicherung, die im Notfall auch Druckkammer-Behandlungen abdeckt. Wir nehmen zusätzlich immer eine Pudelmütze und Ohrentropfen mit, weil die Ohren nach dem Tauchen sehr empfindlich sind. Vor jedem Tauchgang gibt es außerdem ein Briefing vom Guide zum jeweiligen Spot.

**Was hast du durchs Tauchen über dich selbst gelernt?**

**Liza Steenemann:** Zu Beginn ist man natürlich etwas unsicher. Ich habe gelernt, Vertrauen in mich und meinen Körper zu haben. Ruhe, Übung und Routine zahlen sich aus und geben Sicherheit. Die Momente unter Wasser sind wie Erlebnisse in einer anderen Welt. Wenn man nur das Blubbern vom Atmen hört und die wunderschöne Natur sieht, ist das unbezahlbar. Für mich bedeutet das Meer Freiheit.

**Wo geht es als Nächstes zum Tauchen hin?**

**Liza Steenemann:** Als Nächstes würden wir gerne auf die Azoren oder in die Karibik reisen. Auch in Asien gibt es wunderbare Tauchspots.



Sonnenuntergang über dem Roten Meer. BILD: PRIVAT

**Möchtest du dich weiter spezialisieren, zum Beispiel Wrack-, Höhlen- oder Nachttauchen?**

**Liza Steenemann:** Mein nächstes Ziel ist der AOWD und danach möchte ich einige Specialties machen. Ich möchte noch sicherer werden und viele schöne Unterwasserorte besuchen. Wracktauchen reizt mich sehr. Nacht- und Höhlentauchen kann ich mir grundsätzlich auch vorstellen, allerdings habe ich es nicht so mit Enge und völliger Dunkelheit. Am liebsten entdecke ich aber die bunte Unterwasserwelt mit ihrer Vielfalt an Tieren und Pflanzen.








Kartenvorverkauf in der Geschäftsstelle: Ringstraße 17a, Emden
Tickets online: www.marema.de oder telefonisch unter: 0441/ 9988-7766
Nordwest TICKET
Anzeiger für Harlingerland · Nordwest SONNTAGSBLATT · Nordwest Zeitung · Emder Zeitung