

Reutter Extremsportler bereitet sich auf Ärmelkanal-Durchquerung vor!

Liam Poberschnigg aus Reutte plant 2026 die Durchquerung des Ärmelkanals. Er trainiert intensiv in lokalen Gewässern.



Reutte, Österreich - Ein aufregendes Abenteuer steht dem 25-jährigen Extremsportler Liam Poberschnigg aus Reutte bevor. Der ehrgeizige Schwimmer hat sich das Ziel gesetzt, im Jahr 2026 den legendären Ärmelkanal zu durchqueren. Jüngst hat er die Qualifikationsbedingungen in Dover mit Bravour gemeistert. Die Herausforderung bestand aus sechs Stunden Schwimmen im offenen Meer, bei einer kühlen Wassertemperatur von 13,8 Grad Celsius und in normaler Badebekleidung - ohne den Schutz eines Neoprenanzugs. Dabei musste er sich nicht nur mit kaltem Wasser, sondern auch mit Wellen und Quallen auseinandersetzen, was ihn stark gefordert hat. Diese Qualifikation ist der erste Schritt auf dem Weg zu einer der herausforderndsten Ziele im Freiwasserschwimmen überhaupt.

Für die nachhaltig herausfordernde Schwimmstrecke von circa 33 bis 34 Kilometern, die zwischen Dover und Calais verläuft, hat Poberschnigg einen eigenwilligen Plan. Mit einer anvisierten Zeit von etwa 14 Stunden ist er fest entschlossen, sich diesen Traum zu verwirklichen. Der aktuelle Rekord für die schnellste Querung liegt bei beeindruckenden 6 Stunden und 45 Minuten, aufgestellt von Andreas Waschburger im Jahr 2023. [swim.de](https://www.swim.de) berichtet, dass Poberschnigg mit seinem Trainingsprogramm gut durchstartet.

Intensives Training und mentale Vorbereitung

Sein intensives Training, das fünfmal pro Woche stattfindet, ist beeindruckend. Dabei schwimmt er regelmäßig am Urisee und Plansee. Die Trainingseinheiten dauern mindestens zwei Stunden, mit speziellen Intervallübungen, die ihn an die Grenzen seiner physischen Fähigkeiten bringen. Zum Beispiel schwimmt er vier Längen des Plansees ohne Pause, was etwa drei Stunden in Anspruch nimmt. Diese Disziplin ist unabdingbar, um sich auf die unberechenbaren Bedingungen des Kanals vorzubereiten.

Nicht nur der Körper wird auf die Strapazen der Durchquerung vorbereitet, auch der Geist spielt eine entscheidende Rolle. Poberschnigg hat sich eine spezielle Mentaltechnik angeeignet: Er lenkt sich während des Schwimmens mit Gedanken oder Liedern ab, um die langen Stunden im Wasser zu meistern. Das intensive Training wird bis in den Herbst fortgeführt, bevor es im Winter eine Phase der Reduzierung gibt, um im Frühjahr wieder durchzustarten.

Das große Ziel steht bevor

Die Durchquerung des Ärmelkanals ist für die Woche vom 7. bis 13. Juli 2026 geplant. Historisch gesehen stellt der Ärmelkanal eine der meistbefahrenen Wasserstraßen dar, und vom Schwimmen spricht man nicht ohne Grund mit Respekt. Seit

dem ersten erfolgreichen Durchschwimmen durch Captain Matthew Webb 1875, der dafür über 21 Stunden benötigte, stehen mutige Schwimmer in der Tradition des Kanalschwimmens. **Wikipedia** hebt hervor, dass die meisten Schwimmer bei ihrer ersten großen Herausforderung beim Ärmelkanal starten. Dies gilt als erster Schritt zur Erfüllung weiterer Herausforderungen, wie der berühmten Ocean's Seven.

Wie Liam Poberschnigg selbst, trainieren viele Schwimmer für die anspruchsvolle Querung. Über 3.000 erfolgreiche Durchquerungen sind bisher registriert, wobei immer mehr Schwimmer den Kanal ohne Neoprenanzug bewältigen. Mit jedem Trainingstag spürt Poberschnigg, dass er auf dem besten Weg ist, seinen Traum zu verwirklichen. Alle Augen werden auf ihn gerichtet sein, wenn er die Überquerung wagt – eine wahre Herausforderung, die nicht nur Ausdauer und Stärke, sondern auch enormen Mut erfordert.

Details	
Ort	Reutte, Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.meinbezirk.at• swim.de• de.wikipedia.org

Besuchen Sie uns auf: aktuelle-nachrichten.at