

Blumenthaler TV

„Beim Schwimmen sehr kreativ“

Von **MARTIN PRIGGE** - 06.01.2020 -

In Bremen-Nord gibt es wohl kaum jemanden, der mit einem Blick auf das Thema Schwimmsport schauen kann, wie Kerstin Pieper-Köhler. Spitzenathletin, Trainerin, Masters-Schwimmerin – die Karriere ist einzigartig.



Die BTV-Masters-Schwimmerin Kerstin Pieper-Köhler besuchte von 1974 bis 1976 die DSV-Schule in Saarbrücken und ist auch jetzt viel im Süden unterwegs. (Martin Prigge)

Bremen-Nord. Der Schwimmsport in Deutschland macht eine lange Entwicklung durch. Höhen und Tiefen zeichnen die Historie einer der trainingsintensivsten Sportarten. Neue Erkenntnisse von Sportwissenschaftlern, weltweit anerkannten Trainern und nicht zuletzt Erfolge von Profischwimmern wie dem erfolgreichsten Olympioniken der Geschichte, Michael Phelps, sorgen für eine andauernde Weiterentwicklung des Leistungs-Schwimmens.

In Bremen-Nord gibt es wohl kaum jemanden sonst, der mit einem Blick auf das Thema Schwimmsport blicken kann, wie Kerstin Pieper-Köhler vom Blumenthaler TV. Spitzenathletin, Trainerin, Masters-Schwimmerin – die Karriere der 59-Jährigen ist einzigartig.

1960 in Bremen-Nord geboren lernt Kerstin Pieper-Köhler bei Hermann Plebanski in der SG Aumund-Vegesack Schwimmen. Es folgt ein geradliniger Aufstieg, Pieper-Köhler nimmt bald am Verbandstraining mit allen Bremer Vereinen teil. „Mein Wunsch war aber schon immer, die Schule des deutschen Schwimm-Verbandes zu besuchen“, verrät sie. Mit zehn Jahren schnuppert sie in diesem Internat, von 1974 bis 1976 besucht sie schließlich die DSV-Schule in Saarbrücken.

Kerstin Pieper-Köhler wird nach der Schule zur Pendlerin. Dem Sport bleibt sie nach dem Abschluss treu: In Oldenburg absolviert Pieper-Köhler eine Ausbildung als Gymnastik-Lehrerin

und schwimmt nebenbei beim BTV. Ebenso „nebenbei“, wie sie betont, sei sie beim Bremischen Schwimmverein (BSV) „als Trainerin reingerutscht“ und kümmert sich fortan um den Bremer Schwimm-Nachwuchs.

1979 schwimmt sie letztmals bei den deutschen Meisterschaften, doch der absolute Karriere-Höhepunkt, den sie in Aussicht gestellt bekommt, bleibt aus: Kerstin Pieper-Köhler hat 1980 die Chance, als Teil des Nationalkaders an den Olympischen Spielen in Moskau teilzunehmen, doch aufgrund des Einmarsches sowjetischer Truppen in Afghanistan beschließen mehrere Nationale Olympische Komitees, darunter auch die Bundesrepublik Deutschland, einen Boykott der Spiele. „Ob ich zu Olympia gekommen wäre, weiß ich nicht. Aber die Chance war da und der Boykott hat es verhindert.“

Ihre schwimmerische Karriere beendet sie daraufhin – bis sie 28 Jahre alt ist, arbeitet sie noch als Trainerin beim BSV. Dann kehrt sie dem kühlen Nass für rund 20 Jahre den Rücken. Kerstin Pieper-Köhler hält sich mit Tennis und Handball fit. 1990 und 1991 werden ihre beiden Söhne geboren. Als beide den Führerschein erwerben, kommt die ehemalige Schwimmerin mit Cord Walter in Kontakt, der beim BTV als Masters-Koordinator fungiert. „Meine Großmutter und seine Großmutter sind Großcousinen“, erzählt sie.

Dann erfolgt das Comeback. Bei BTV-Trainer Uwe Hilbrands kann Kerstin Pieper-Köhler mittrainieren. Die Bewegungsabläufe hat sie nicht verlernt. 2009 nimmt sie an den deutschen Masters-Meisterschaften in Magdeburg teil. „Damals waren die Schwimmanzüge noch nicht verboten. Ich war dann die einzige mit einem normalen Badeanzug. Alle anderen hatten Hightech-Anzüge an.“ Der Masters-Schwimmsport, beginnend bei der Altersklasse 20, erfreut sich in den letzten Jahren steigender Beliebtheit. Hier hat sich Kerstin Pieper-Köhler mittlerweile als feste Bremer Größe etabliert. Im Landesschwimmverband ist sie die Fachwartin der Masters-Sparte.

Der schwimmerische Höhepunkt ihrer Masters-Karriere ist ihre Teilnahme an den Masters-Weltmeisterschaften in Russland 2015. Pieper-Köhler wird in Kasan Doppel-Weltmeisterin in der AK 55 über 100 und 200 Meter Rücken. Über ihre Paradedstrecke 200 Meter Rücken stellt sie in 2:51,06 Minuten außerdem einen „Championships Record“ auf.

Das Resultat von 1:20,12 Minuten über 100 Meter Rücken bedeutet neben WM-Gold gleichzeitig einen deutschen Altersklassenrekord. Die Blumenthalerin zeigt sich damals euphorisch von der perfekten Organisation, den sportbegeisterten Menschen und einer „unglaublichen Stimmung.“

Ihre schönste Erfahrung beschreibt sie mit Sehnsucht in der Stimme: Bei den Europameisterschaften im Freiwasserschwimmen der Masters startet sie 2016 in der kroatischen Hafenstadt Rijeka und holt EM-Silber. „Traumhafte Landschaft, bestes Wetter, angenehme Wassertemperatur“, lautet ihr Fazit – 2020 ist die Teilnahme an der EM in Budapest geplant.

Durch ihren vielfältigen Erfahrungsschatz kann Kerstin Pieper-Köhler durchaus als Schwimm-Expertin bezeichnet werden. Viele derzeit oder in den vergangenen Jahren erfolgreiche Nordbremer Schwimmer haben Grundlagen bei ihr gelernt. Doch der Schwimmsport hat sich verändert. „Ich habe noch eine andere Trainingseinstellung. Bei mir gilt der Grundsatz: Was der Trainer sagt, wird gemacht. Heutzutage wird dann aber erst einmal diskutiert – das ist in der Schule genauso.“

An der Heideschule Schwanewede arbeitet Pieper-Köhler seit 2003 als pädagogische Mitarbeiterin und ist auch verantwortlich für den Schwimm-Unterricht. Zudem bietet sie in Friedehorst verschiedene Kurse an, die von Schwimmausbildung über Wassergymnastik bis zur begleitenden Therapie von Osteoporose reichen. Die Flexibilität ihrer Arbeitszeiten eröffnet ihr Zeitressourcen für das eigene Schwimmtraining. Derzeit trainiert Kerstin Pieper-Köhler bei den Jungmasters des BTV mit.

Auch in der Trainingsphilosophie hat Kerstin Pieper-Köhler einige Veränderungen erlebt. „Früher haben wir nie so viel trainiert wie heute. Meine ersten Badeanzüge waren fast noch Röckchen. Beim Rückenschwimmen machen einige Schwimmer aufgrund der Unterwasserphasen nur noch sechs Rückenzüge pro Bahn und wehe, man hat beim Brustschwimmen den Kopf nicht über Wasser gehalten. Das waren ganz andere Zeiten. Aber Schwimmen hatte auch noch einen höheren Stellenwert in der Gesellschaft.“

Im Nachwuchssport vermisst die Blumenthalerin internationale Wettkampfformate. „Früher gab es Länderkämpfe, an denen ich mit elf Jahren erstmals teilgenommen habe. Das haben wir jedes Jahr gemacht und dadurch bin ich mal gegen Russland, Bulgarien, England sowie die Schweiz und die Niederlande geschwommen. Man ist da sogar zur Nationalhymne eingelaufen. Für jeden Jahrgang gab es eigene Trainer. Ich finde es schade, dass es so etwas in dieser Form nicht mehr gibt.“

Sie erinnert sich zurück an Bremer Landesmeisterschaften, die im Stadionbad am Weserstadion ausgetragen wurden. Auch im Blumenthaler Freibad hat es einst Wettkämpfe gegeben. „Das Zentralbad war das beste Bad. So ein Becken bräuchten wir heute. Tribüne, Lehrbecken, Wettkampfbecken, Freizeitschwimmer – es gab alles dort, wo jetzt das Metropol-Theater steht.“ Beim Training im Stadionbad habe sie sich vor der Einheit mit Vaseline eingeschmiert, damit sie die Zeit im kalten Wasser aushalten konnte.

„Ich hatte immer Trainer, die interessante Trainingspläne geschrieben haben. Gerade beim trainingsintensiven Schwimmsport ist das wichtig, sonst endet man im Kacheln zählen. Man kann beim Schwimmen sehr kreativ sein und dann ist es auch nicht langweilig“, sagt die Wasser-Liebhaberin. Gerade das für sie essentielle Langbahntraining sieht die BTV-Masters-Weltmeisterin unter einem schlechten Stern.

Vor dem Hintergrund der Unibad-Problematik um die Schließung der Halle und den Neubau des Horner Bades findet die Nordbremer Schwimmerin deutliche Worte: „Ich bin viel im Süden unterwegs, weil mein Sohn in München wohnt. Da bekomme ich immer das Gefühl, dass dort ein Bad nach dem anderen gebaut wird, während hier eins nach dem anderen geschlossen wird.“

So wünscht sie sich für die Zukunft eine Verbesserung der Bad-Situation in Bremen. „Ein Schwimmbecken reicht doch schon. Es ist doch eine der gesündesten Sportarten – das gehört viel mehr gefördert.“

Am 15. Januar wird Kerstin Pieper-Köhler 60 Jahre alt. Diese Zahl an Gästen hat sie auch für ihre Geburtstagsfeier Anfang Februar eingeladen. Mit dem neuen Jahr beginnt für die BTV-Masters-Athletin eine neue Zeit. Sie tritt ab sofort in der Altersklasse 60 an und will auch hier weitere Rekorde brechen. „Fünf Jahre machen in unserem Alter einen Unterschied“, lacht Pieper-Köhler.

