

*war es mir nicht wohl, diese Frage zu stellen. Nur nicht als »komisch« auffallen war meine Devise.*

*Obwohl ich mich bemühte, potenziellen Fettnäpfchen auszuweichen, kam ich mir in dieser Woche oft als Außenseiterin vor. Vielleicht war es auch der immense Stress, der sich in Form von Informationen und Ideen in meinem Notizbuch in rasantem Tempo vervielfachte. Es half, dass ich jeden Morgen eine Laufrunde am Meer absolvierte und Rufus Scholefield vom Team Dorabros mit seinem Witz und Charme regelmäßig Lockerheit in die Kursrunde brachte. Den Tag ließ ich oft mit anderen Kursteilnehmern ausklingen, darunter auch den Geschwistern Anna und Cameron McLean, die im Dezember als Zweierteam ebenfalls am Start sein würden und später als »The Seablings« beim Rennen für Furore sorgten.*

*Der Frühling 2019 brachte nicht nur Sonnenschein und wärmere Wassertemperaturen, sondern über Umwege, neue Bekanntschaften und glückliche Zufälle ein Liteboat, ein Küstenruderboot, in meinen Besitz. Diese Boote sind mit 77 Zentimetern breiter als die Skiffs, die typischen Einerboote im Rudersport, etwas kürzer und bieten auch bei leicht unruhigen Verhältnissen auf einem See genügend Stabilität, um jederzeit Ausfahrten zu machen. Die Investition in das Testmodell würde sich später auszahlen, davon war ich überzeugt.*

*Ab Anfang Juni kamen regelmäßige Ausfahrten auf dem Zürichsee mit Nalani, wie ich mein kleines Trainingsboot liebevoll nannte, zum sonstigen Training hinzu. Ich war froh, die Kraftübungen nun seltener absolvieren zu müssen, denn mein ganzer Körper gewöhnte sich in den zwei- bis zehnstündigen Trainings langsam an das Zusammenspiel meiner Muskeln. Wenn ich zu viel mit meinen Beinen arbeitete, gaben mir die Krämpfe zu verstehen, dass ich den Rücken und den Rumpf mitbenützen sollte. Der Rücken hingegen meldete sich, wenn ich den Rumpf zu lange auf der Ersatzbank sitzen ließ. Und immer wieder nutzte ich die Beschaffenheit meines Trainingsbootes für eine Abkühlung im Wasser, indem ich einfach mitsamt Trainingskleidern über Bord glitt.*

*Um mich auch an das Essen bei Hitze und Aktivität zu gewöhnen, nahm ich meist kleine Snacks im Seesack mit. Einmal rief ich nach fünf Stunden und der halben Seeumrundung beim Pizzaservice in Rapperswil an, der mir eine Pizza direkt zum Hafen brachte und an Deck überreichte. Wieder draußen, mitten auf dem See, aß ich Stück für Stück die gesamte Pizza in der sengenden*

*Mittagshitze. Es würde auf dem Atlantik nicht einfacher, dessen war ich mir bewusst.*

## 26° 59.32 N, 018° 8.45 W – Neustart

Die erste Nacht ist hereingebrochen, und die wenigen Bissen, die ich zu mir genommen habe, kommen dem optimalen Tagesbedarf vom 3.600 Kilokalorien nicht im Geringsten nahe. Ich habe Essen für neunzig Tage an Bord, für jedes Kilo Körpergewicht sechzig Kalorien pro Tag. Ich trage immer noch die volle Montur, denn trotz meiner flauschigen Fleecedecke ist mir kalt. Mir wurde gesagt, dass es während der ersten drei Wochen manchmal recht kühl sein kann. Das ist tatsächlich so, und die Nähe zum Wasser hilft da in Kombination mit kälteleitendem Aluminium nicht wirklich.

Irgendwann falle ich in einen unruhigen Schlaf und wache kurz vor der Dämmerung auf. Immer noch von starker Übelkeit geplagt, setze ich mich an die Ruder und atme tief die frische Meeresluft ein. Indem ich meinen Blick auf den Horizont richte und mir selbst gut zurede, werde ich langsam ruhiger. Meine Gedanken kreisen um das gebrochene Ruder. Was habe ich falsch gemacht? Was hätte ich anders machen können? Debby, Johns Frau, Teil meiner Wettercrew und Vertrauensperson, schreibt mir eine SMS auf mein Satellitentelefon: »Super gemacht! Du hast viel Boden gut gemacht und hältst den Kurs optimal.«

Ich bin froh, dies zu lesen, auch wenn Lesen den Übelkeitspegel sofort hinaufschnellen lässt. Immerhin scheint mich meine nächtliche Schlafpause nicht total vom Kurs abgebracht zu haben. In meiner Kabine gibt es einen Plotter, einen kleinen, etwa 15 mal 20 Zentimeter großen Bildschirm, der mir die Bootsachse im Vergleich zum Kurs anzeigt. Seit der Abfahrt habe ich kaum ein Auge darauf werfen können. Bei jedem Versuch will sich mein Magen sofort entleeren.

Auf der Außenseite der Kabine sind Kompass montiert, ein mechanischer und ein digitaler, der mit dem Autopiloten verbunden ist. Diese kontrolliere ich alle paar Sekunden, um den Kurs mehr oder weniger zu halten. Dass ich dabei beim mechanischen Kompass immer 180 Grad dazuzählen muss, beschäftigt meinen Kopf. Ein weiteres Übelkeitsablenkungsmanöver. Ich lächle schwach. Es ist wie beim Laufen, da beschäftige ich mich jeweils in schwierigen Momenten auch mit Rechnen. Zeit pro Kilometer auf die Endzeit hinaufgerechnet. Mir wird

beim Gedanken an die Berechnung der Überquerungszeit wieder mehr übel, und mein Blick heftet sich wieder auf die nächsten Wellen.

Sie sind groß, der Wind ist stark, und ich bin bereit, dem Ganzen eine Art Neustart zu geben. Gestern war ich so nervös, dass ich kaum etwas genießen konnte. Okay, ich gebe zu, seekrank zu sein und ein gebrochenes Ruder sind nicht unbedingt Dinge, die in die Kategorie »Genuss« fallen. Trotzdem habe ich den ersten Tag hinter mich gebracht.

Und heute ist ein neuer Tag. Die Stunden vergehen wie im Flug, mein Appetit bleibt komplett aus, doch ich bringe mich dazu, den gesamten Inhalt meiner Snacktüte zu essen. Nussriegel in allen Variationen in kleinen Bissen scheinen eher in meinem Magen zu bleiben als größere Mengen. Ich habe ein schlechtes Gewissen, weil ich weiß, dass ich nicht tagelang nur 1.300 Kalorien zu mir nehmen kann. Ich sehe den mahnenden Zeigefinger meines Arztes in der Schweiz, ich höre Nik und Luuk, die beiden Söhne von Debby und John, wie sie mir im Sommer beinahe täglich gesagt haben: »Du brauchst die Kalorien.«

Es ist später Nachmittag, und ich fühle mich schwach. Ob dies von den fehlenden Kalorien kommt, dem kurzen Schlaf oder dem allgemeinen Stress? Ich weiß es nicht, und es ist mir egal. Ich will mich einfach besser fühlen. Leidend und stöhnend lege ich mich neben meiner Ruderposition auf Deck. Wenn ich mich etwas origamimäßig falte und drapiere, ist es beinahe bequem. Eine Hand versucht mit festem Griff an der Reling, den Körper etwas zu stabilisieren. Ich bin froh, diese festen Verstrebungen zu haben. Die meisten Ozeanruderboote haben anstelle von meinen Halt gebenden Aluminiumstangen lediglich leicht lose Seile.

Die andere Hand findet widerwillig den Weg in den Plastiksack mit den Resten der Tortilla von Nadine und dem Trockenfleisch, das meine Eltern aus der Schweiz mitgebracht hatten. Blindlings breche ich kleine Stücke ab und beiße dann doch nur die Hälfte ab. Alle meine Ampelsignale stehen gleichzeitig auf Grün und Rot. Mein Körper und mein Kopf wissen, dass die Kalorien wichtig sind. Trotzdem sagen sie gleichzeitig »Stopp!«, sträuben sich bis zum Erbrechen dagegen, und ich betätige mich weiter in der Fischfutterproduktion. Immerhin darf das Wasser, das ich in kleinen Schlucken trinke, die unsichtbare innere Grenze überqueren und bleibt im System. Kurz vor dem Eindunkeln fliegt das letzte Stück Tortilla ohne Umweg über meinen Magen direkt ins Wasser. Bis jetzt finde ich dieses Abenteuer alles andere als cool.

*Mit viel Wissen und noch mehr offenen Fragen reiste ich Ende Juli 2019 mit dem Zug und siebzig Kilogramm Gepäck nach Südholland, wo mein Boot in der Marina Numansdorp auf mich wartete. John und Mark Slats, der inzwischen von seiner Weltumsegelung zurückgekehrt war, hatten bereits eine Testfahrt unternommen und der Prüfung für das Seetauglichkeitszertifikat beigewohnt. Sie hatten mir Videos von beidem geschickt, und ich war beruhigt zu sehen, wie schnell sich mein Boot wieder aufrichtet, wenn es, zum Beispiel durch eine Welle, »auf den Kopf« gedreht wird. Trotzdem hoffte ich schon damals, dass mir das nicht passieren würde.*

*Meine Freundin Nadine begleitete mich und blieb ein paar Tage. John, seine Frau Debby und ihre beiden Söhne waren auch dabei, als wir das graue Boot in einer kleinen Zeremonie feierlich auf den Namen Miss Universe taufte. Den Namen hatte ich schon früh ausgesucht, denn das Universum würde mich ja stets umgeben. Boote tragen fast immer weibliche Namen, und entsprechend konnte ich mir den Wortwitz nicht verkneifen, als ich an den Funkspruch »This is Miss Universe« dachte.*

*Für die nächsten vier Wochen würde sie mein Zuhause sein. Ich schlief in der Kabine, unternahm kurze bis lange Ausfahrten und richtete sie nach und nach ein. Zum Glück waren John und Debby jeden Tag mit Rat und Tat dabei. Nicht nur bei wertvollen Fahrten in alle erdenklichen Ausstattungs- und Handwerksgeschäfte, auch mit ihrem umfangreichen Wissen und ihrer Erfahrung standen sie mir bei.*

*Meine erste Fahrt war geprägt von starkem Wind. An sich ein willkommenes Phänomen, das auf dem Atlantik von Vorteil sein würde. Leider durfte ich zunächst mit 15 Knoten Gegenwind losrudern, und bei der Rückfahrt hatte der Wind gedreht. Überhaupt waren meine Tage von schwierigen Windverhältnissen geprägt. Die Region hat viele Untiefen, und es war wichtig, nicht zu schnell von Böen darauf getragen zu werden. Einmal wollte ich eine kurze Übungsfahrt absolvieren, um mit dem Autopiloten vertraut zu werden. John war auch an Bord, und Debby fuhr mit dem kleinen Beiboot ihrer Segeljacht mit etwas Abstand mit. Zum ersten Mal spürte ich die Kraft des Windes, als plötzlich die Steuerung nicht mehr das machte, was ich wollte.*

*Wie öfters in dieser Vorbereitung kam es mir vor, mich wie eine blutige Anfängerin beweisen zu müssen. Es war kein gutes Gefühl. Ja, ich war dabei, neue Dinge zu lernen, und dies hieß auch, dass ich Fehler machte und es beim nächsten Mal hoffentlich besser machen würde. Doch mich belastete dieser Leistungsdruck, den ich mir einerseits selbst auferlegte und der andererseits*