

Als Synchronschwimmer im Profisport

Synchronschwimmen gilt traditionell als Sportart, die nur Frauen betreiben. Auch bei großen Wettbewerben wie den Olympischen Spielen waren bis vor Kurzem nur Teilnehmerinnen erlaubt. Frithjof Seidel aus Berlin hat jedoch dazu beigetragen, dass sich der Sport verändert: Als einziger Mann ist er Mitglied der deutschen Nationalmannschaft im Synchronschwimmen.

Manuskript

SPRECHER:

Synchronschwimmen – eine Sportart, die für **Eleganz** und **Grazie** steht und jahrelang eine **Frauendomäne** war: Zum ersten Mal dürfen bei den Olympischen Spielen auch Männer **antreten**. Trotz **Gold** bei der Europameisterschaft konnte **sich** der deutsche **Kader** nicht **qualifizieren**. Der Berliner Frithjof Seidel ist der einzige Mann in der deutschen Nationalmannschaft. Wie fühlt sich das an?

FRITHJOF SEIDEL (Synchronschwimmer):

Ich fühle mich **unfassbar** wohl mit den **Mädels**. Die haben mich sehr gut aufgenommen. Ich hab so 'n bisschen die Große-Bruder-Rolle. Also, ich bin, glaube ich, mit drei oder vier Jahren Abstand der Älteste. Aber es ist schön, wir **ergänzen uns** schön und wir haben auch immer was zu lachen.

SPRECHER:

Hier trainiert Frithjof mit dem Nationalkader für die Europameisterschaft in Belgrad. Bis zu acht Stunden verbringt er an einem solchen Tag mit seinen ausschließlich weiblichen **Mitstreiterinnen** im Wasser. Geübt werden **akrobatische Elemente** wie **Hebefiguren**. Die sind besonders anspruchsvoll.

FRITHJOF SEIDEL:

Die ganzen Jahre im Wasser habe ich gemerkt: Das ist 'n schönes **Medium**. Da fühle ich mich wohl drin, vor allem auch dieses Gefühl, komplett vom Wasser umgeben zu sein, gerade wenn man taucht. Das ist für mich auch 'n Gefühl der Freiheit.

SPRECHER:

Mit sechs Jahren lernt Frithjof schwimmen und startet zunächst mit dem Wasserspringen. Schon früh entdecken seine Eltern sein großes sportliches Talent. Mit zehn Jahren wechselt er auf ein **Sportinternat** in Berlin. Er nimmt an Jugendeuropameisterschaften teil, mit 18 an den ersten internationalen **Wettkämpfen** im Erwachsenenbereich. Über das Wasserspringen kommt er 2021 zum Synchronschwimmen. Frithjof lebt offen **homosexuell**. Mit 18 Jahren **outet** er **sich** und hat seinen ersten Freund. Ein schwuler Mann, der einen Frauensport **ausübt**: **Steilvorlage** für **Vorurteile** und **Diskriminierung**? Wie **geht** Frithjof **damit um**?

FRITHJOF SEIDEL:

Tatsächlich ist es schon so, dass man im ersten Moment denkt: Okay, Homosexualität und Leistungssport können 'n **sensibles** Thema sein. Ich sag mal: **Sprüche** gibt's überall. Das tut dann im ersten Moment auch weh. Aber ich sag mal, wenn man das 'n paar Mal erlebt hat, dann **steht man da drüber**.

SPRECHER:

Neben dem Leistungssport befindet sich Frithjof im Master-Studium der **Physikalischen Ingenieurwissenschaft** an der Technischen Universität Berlin. Zwischen dem Synchronschwimmen und den Gesetzen der Physik erkennt Frithjof viele **Parallelen**.

FRITHJOF SEIDEL:

Die Physik findet ja schon immer auch ihren Platz im Sport. Im Synchronschwimmen hat es natürlich viel mit **Auftrieb** zu tun. Wir müssen uns ja immer hoch aus dem Wasser rausdrücken. Gerade auch wenn wir im Team schwimmen, dann machen wir die Hebungen.

SPRECHER:

In seiner Freizeit **widmet sich** Frithjof einem Hobby, das er vor ein paar Jahren für sich auf Instagram entdeckt hat: das **Häkeln** und **Stricken**. Dabei kann er sich entspannen und **zur Ruhe kommen**. Neben Socken, Schal und Handschuhen **fertigt** er am liebsten kleine Figuren **an**.

FRITHJOF SEIDEL:

Also, mir hilft es wirklich auch sehr in stressigen **Phasen**. Da nehme ich mir abends halt die halbe Stunde, Stunde und nehme mir dann mein Strick- und Häkelzeug. Was für andere Leute das Joggen ist, ist für mich das Stricken. Da kann man gut **abschalten**.

SPRECHER:

Zurück in die Schwimmhalle: Hier nimmt Frithjof mit seinem Berliner Heimatverein SC Wedding an der Deutschen Meisterschaft in Berlin teil. Insgesamt elf Teams treten gegeneinander an. Auch heute ist Frithjof wieder der einzige Mann im Team. Eine **Kür** in der **Kategorie** „Acrobatic Routine“ dauert rund drei Minuten. Je höher der **Schwierigkeitsgrad**, desto mehr Punkte kann man erreichen. Die Kür gelingt, nur ein paar kleine **Patzer**. Die **Athletinnen** vom SC Wedding sind froh darüber, dass Frithjof mittlerweile ein festes Teammitglied ist.

THORA GÖTTING UND THEA BAUWENS (Synchronschwimmerinnen):

Es war eigentlich normal, so wie vorher. Also, man hat keinen Unterschied gemerkt, ja. Also, wirklich nicht, es war ... Er hat sich super integriert in unsere Mannschaft, wir hatten immer superviel Spaß mit ihm. Also, es macht wirklich Spaß. Er gehörte direkt zur Familie.

SPRECHER:

Am Ende wird es noch einmal spannend. Die **Jury** vergibt ihre Punkte und kommt zu dem Ergebnis: ein **stolzer** zweiter Platz für Frithjof und den SC Wedding.

FRITHJOF SEIDEL:

Ich sehe mich definitiv als Vorbild. Und ich finde, es ist ein Sport, der **davon profitiert**, wenn Männer und Frauen aufeinandertreffen. Insofern ist es eigentlich auch mein Traum, dass ich da Jungs und Männer dazu motivieren kann, dass sie es einfach mal ausprobieren.

SPRECHER:

Vorbild, **Pionier** und ein bisschen auch **Hahn im Korb**: Frithjof kämpft weiterhin für den Erfolg und für mehr Gleichberechtigung im Sport.

Glossar

Synchronschwimmen (n., nur Singular) – eine Wassersportart, bei der mehrere Personen ihre Bewegungen aufeinander abstimmen (Person: der Synchronschwimmer /die Synchronschwimmerin)

Eleganz (f., nur Singular) – die Gewandtheit; das Geschick

Grazie (f., nur Singular) – die Schönheit der Bewegungen; die Anmut

Frauendomäne, -n (f.) – ein Bereich, der nur Frauen vorbehalten ist oder in dem man fast nur Frauen begegnet

(gegeneinander) an|treten – in einem Wettkampf o. Ä. mitmachen (und sich mit einem Gegner messen)

Gold (n., nur Singular) – hier: der erste Platz (die Goldmedaille) bei Sportwettbewerben

sich qualifizieren – hier: so gut sein, dass man bei etwas (einem Wettbewerb) mitmachen darf

Kader, - (m.) – hier: die Sportler/Sportlerinnen, die gewöhnlich bei einem Wettkampf für einen Verein mitmachen können

unfassbar – hier: sehr

Mädel, -s (n.) – umgangssprachlich für: das Mädchen; die Frau

sich ergänzen – als Team gut zusammenpassen

Mitstreiter, -/Mitstreiterin, -nen – hier: jemand, der gemeinsam mit anderen Sport treibt und Teil desselben Teams ist

akrobatisch – so, dass man sehr schwierige körperliche Bewegungen macht

Element, -e (n.) – der wichtige Teil eines Ganzen; der Grundbestandteil

Hebefigur, -en (f.) – eine (schwierige) Bewegung im Turn-, Tanz- oder Schwimmsport, bei der man eine andere Person hochhebt

Medium, Medien (n.) – hier: das Element, in dem man sich befindet

Sportinternat, -e (n.) – eine Schule, in der sportlich begabte Kinder und Jugendliche leben und wo sie eine spezielle sportliche Ausbildung erhalten

Wettkampf, -kämpfe (m.) – ein Kampf um die beste Leistung, oft im Sport

homosexuell – so, dass jemand jemanden mit dem gleichen Geschlecht liebt (bei Männern auch: schwul)

sich outen (aus dem Englischen) – umgangssprachlich für: sich öffentlich zu seiner homo-, trans- oder intersexuellen Veranlagung bekennen

etwas aus|üben – hier: etwas tun; tätig sein

Steilvorlage, -n (f.) – eine Situation oder Aussage, die andere sehr leicht dazu bringen kann, einen Witz über jemanden/etwas zu machen

Vorurteil, -e (n.) – eine meist negative Meinung über jemanden/etwas, ohne jemanden/etwas richtig zu kennen

Diskriminierung, -en (f.) – die schlechtere Behandlung von bestimmten Menschen z. B. wegen ihrer Hautfarbe, ihres Geschlechts oder ihrer Religion

mit etwas um|gehen – etwas auf eine bestimmte Art und Weise behandeln

sensibel – hier: schwierig; so, dass man nicht leicht einen Umgang findet

Spruch, Sprüche (m.) – hier: die negative Bemerkung

über etwas stehen – umgangssprachlich für: sich von Spott oder negativen Reaktionen nicht ärgern oder aus der Ruhe bringen lassen

Physikalische Ingenieurwissenschaft (f., nur Singular) – ein Studienfach, in dem physikalische Grundlagen und daraus entwickelte Techniken gelehrt werden

Parallele, -n (f.) – hier: die (große) Ähnlichkeit

Auftrieb (m., nur Singular) – eine der Schwerkraft entgegengesetzte physikalische Kraft, die einen in Flüssigkeit getauchten Körper wieder an die Oberfläche bringt

sich etwas widmen – sich mit etwas beschäftigen; sich auf etwas konzentrieren

etwas häkeln – etwas (z. B. Kleidung) in Handarbeit mit einer gebogenen Nadel herstellen

etwas stricken – mit Nadeln etwas (z. B. Kleidungsstücke) aus z. B. Wolle herstellen

zur Ruhe kommen – sich entspannen und innerlich ruhig werden

etwas an|fertigen – etwas herstellen; etwas produzieren

Phase, -n (f.) – eine bestimmte Zeit; der Zeitabschnitt; die Situation

ab|schalten – hier: sich entspannen, indem man nicht an den Alltag denkt

Kür, -en (f.) – hier: eine Folge von sportlichen Übungen, die sich der Sportler/die Sportlerin selbst ausdenkt

Kategorie, -n (f.) – der Bereich; eine Gruppe von Dingen oder Personen mit bestimmten gemeinsamen Merkmalen

Schwierigkeitsgrad, -e (m.) – hier: eine von mehreren Stufen, die zeigen, wie schwierig etwas ist

Patzer, - (m.) – hier: der kleine Fehler

Athlet, -en/Athletin, -nen – der Sportler/die Sportlerin

Jury, -s (f., aus dem Englischen) – eine Gruppe von Personen, die entscheidet, wer einen Wettbewerb gewinnt

stolz – hier: beachtlich; bemerkenswert

von etwas profitieren – einen Vorteil durch etwas haben

Pionier, -e/Pionierin, -nen – hier: eine Person, die etwas als Erster/Erste macht

ein Hahn im Korb – umgangssprachlich für: ein einziger Mann, der nur von Frauen umgeben ist (und oft ihre Aufmerksamkeit genießt)

Autorin/Autor: Christine Lebert, Philipp Reichert