



Foto: Jonas Edsvik

Fridykare ute på djupt vatten

Publicerad: idag 03:30

SPORT FRIDYKNING. Under ytan är det lugnt. Men under ytan är det också mörkt och kallt. Ovanför ytan guppar två båtar med åtta fridykare från Freediving Team Åland. I går tränade de fridykning utomhus tillsammans med en av Sveriges mest meriterade dykare.

– Många som dras till fridykning tycker om havet och naturen och det blir en del av upplevelsen, säger Sebastian Näslund som är administrativ ledare för svenska landslaget i fridykning.

Det är som två olika sporter. Det är nämligen en sak att hålla andan i en bassäng precis under vattenytan. Men det är en helt annan sak när du nere 40 meter under havsytan. Då är det inte bara att sticka upp huvudet och ta ett andetag. Då är det varken varmt eller upplyst. Då är det bara ett stort hav.

– När man simmar i bassäng eller i en pool kan gå det att avsluta när man vill. Men när man är nere på 44 meter måste man upp. Jag gillar den utmaningen när man är nere på extrema djup och måste bita ihop, säger Sebastian Näslund. Anledningen till varför Sebastian Näslund är på Åland är enkel. **Anders Larsson** från Freediving Team Åland tog kontakt med honom för att klubben ville lära sig mer om utomhusdykning. De har stor erfarenhet från bassängen men inte från de där riktigt djupa dyken. Och skillnaden är enorm.

– Havet är så otroligt utmanande. Det rör på sig, det är kallt, det är tryck och det är mörkt. Det är som att vara i rymden, säger Näslund.

Att överträffa sig själv

Kursen varar i tre dagar och avslutas i dag. I tisdags började de med några landövningar med bland annat yoga och meditering. I går begav de sig ut i höjd med Skivgrund för att dyka och för att ta del av Sebastian Näslunds erfarenhet. En erfarenhet som säger att varje enskild dykare måste lyssna på sig själv. Några konkreta råd finns egentligen inte.

– Det är som med all annan elitidrott, säger Näslund. I början testar man och lyssnar. För oss finns det inget givet eftersom olika dykare reagerar olika. Näslunds föreläsning handlar därför inte så mycket om tips och råd. Det handlar inte om de där små knep som gör att du dyker djupare. Snarare handlar det om att överträffa sig själv. Att på något sätt bevisa för dykarna att de verkligen klarar av några extra meter. Att tänka annorlunda.

– Det handlar om att försöka utvecklas som människa. Själkänslan blir mer positiv och det hjälper en inte bara under fridykningen.

Sprängde magiska gränser

Här drar Näslund paralleller till olika kampsporter där mycket också handlar om mental styrka. Sättet att tänka och att spränga vissa gränser som man trodde var omöjliga. I fridykning handlar det om att spränga siffror. Magiska gränser om ett visst antal meter.

För **Eva Ernkrans** blev det två magiska gränser som sprängdes under onsdagen. Hon förbättrade först sitt personliga rekord från 15,2 meter till 22 meter och sedan slog hon till med 23 meter lite senare. Och kanske var det Sebastian Näslunds ord som fällde avgörandet.

– Jag vet inte om jag hade dykt 22 meter i dag om inte han sagt det till mig, säger hon.

En knuff i ändan med andra ord. En knuff i ändad rakt ner i djupet. En liknande knuff fick även Anders Larsson. Men tydligen dubbelt så kraftig. Med vanlig bröstsim dök han 44 meter ner i ett mörkt och kallt och stort hav.

Bara 12 meter från det svenska rekordet. Ett rekord som givetvis Sebastian Näslund innehar.

Text: JOHAN LARSSON
johan.larsson@nyan.ax

Foto: JONAS EDSVIK
jonas.edsvik@nyan.ax

| Tipsa en vän! | Skriv ut! |

Senaste nytt

Bil fick bakrutan krossad

Onsdag 06 aug 2008 15:04
Nybörjare vann julinappet

Onsdag 06 aug 2008 13:54
Spelmansstämma på Kökar

Onsdag 06 aug 2008 12:43
Ljus sommar för Viking Line

Onsdag 06 aug 2008 12:06
Åland värd för NR-möte

Klicka för mer info

eNyan



Logga in till eNyan
Registrera dig och köp eNyan

Provläs eNyan

Sommarfönster



Se alla bidragen i Nya Ålands
tävling Sommarfönster

Båt, stuga & trädgård



Ny tematidning!

Läs den här!

ANNONSER:

Veckans produkt

KODAK
easyshare



159€

TILFÄLLET

24

Se det med egna ögon

GSM ÅLAND
Global telekommunikation
ÅLANDS MOBILTELEFON AB

Digitaland

otopapper



POSTEN ÅLAND

