

Pressemeldung

Marburg, 20. Juli 2026

Weltklasseschwimmerin durchquert erneut den Ärmelkanal

Nathalie Pohl schwimmt mit Frauenstaffel von Großbritannien nach Frankreich

Es ist eine Hommage auf Gertrude Ederle, die erste Frau, die vor 100 Jahren den Ärmelkanal durchschwamm. Und es ist gleichzeitig eine starke Botschaft: für den Glauben an die eigenen Träume und an sich selbst. Nathalie Pohl, Ausnahmeathletin, vierfache Weltrekordhalterin und erfolgreiche Buchautorin, durchquerte mit drei weiteren Schwimmerinnen in einer Staffel den Ärmelkanal. Für die rund 48 Kilometer lange Strecke von Großbritannien nach Frankreich benötigten sie insgesamt 11:28:00 Stunden. Auch bei dieser Herausforderung hat die 31-Jährige erneut Spenden für ihr Herzensprojekt gesammelt. Seit Jahren setzt sie sich dafür ein, dass Kinder richtig schwimmen können.

Frauen trotzen den Naturgewalten und zeigen: Alles ist möglich

Neben Nathalie Pohl wagten sich noch die britische Abenteurerin Jasmine Harrison, die portugiesische Freiwasserschwimmerin Mariana Santos und die saudi-arabische Zahnärztin und Extremschwimmerin Mariam Binladen ins Wasser. So unterschiedlich ihre Ziele und Lebenswege auch sind: Sie alle eint die Motivation, über die eigenen Grenzen hinauszugehen. Und diesen Willen brauchten die Frauen auch. Denn diesmal war das Meer nicht gänzlich auf ihrer Seite. Nachdem der Start aufgrund von stürmischem Wind bereits mehrere Tage verschoben werden musste, waren die Wellen sowie die Strömung dann auch während des Schwimmens noch dementsprechend herausfordernd.

Nathalie Pohl schwimmt wieder im Ärmelkanal

Für Nathalie Pohl war die erneute Durchquerung etwas ganz Besonderes. Sie kehrte an den Ort zurück, an dem sie 2015 bei ihrem ersten Versuch fast gestorben wäre: „Vor elf Jahren habe ich hier eine große Niederlage hinnehmen müssen. Ich lag danach lange im Krankenhaus und hatte Zeit, mich zu fragen, ob ich meine Zukunft wirklich im offenen Meer statt im Becken sehe. Mein Entschluss damals, es wieder zu versuchen, stand recht schnell fest. Und es hat sich gelohnt, ein Jahr später feierte ich hier meinen zweiten großen Erfolg im Freiwasser.“ Sie führt fort: „Nach so langer Zeit wieder im Ärmelkanal zu sein, fühlt sich gut an. Ich kann von mir sagen, dass meine Entscheidung damals richtig war. Dass ich nun gemeinsam mit anderen starken Frauen hier wieder schwimmen darf, macht mich sehr glücklich.“

Im August: Charity-Schwimmchallenge von Frankfurt nach Köln

Mitte August wird Nathalie Pohl etwas ganz Neues wagen. Begleitet von ausgewählten Patenschwimmern schwimmt sie von Frankfurt nach Köln. Insgesamt über 200 Kilometer durch Main und Rhein stehen dann in mehreren Etappen auf dem Plan. Damit möchte sie

darauf aufmerksam machen, dass zu viele Kinder in Deutschland nicht richtig schwimmen können. Zahlreiche Aktionen und lokale Events entlang der Strecke machen aus der Schwimmherausforderung ein Charity-Event für mehr Schwimmsicherheit. Die Spenden unterstützen Schwimmprojekte und die Schwimmbildung für Kinder – besonders dort, wo Familien keinen einfachen Zugang zu Schwimmkursen haben. Nathalie Pohl sagt: „Schwimmen ist weit mehr als ein Sport. Und jedes Kind verdient es, sich im Wasser sicher zu fühlen.“

Bildauswahl (Credit: Daniel Toni Jais):



Die Frauenstaffel vor dem Start (links unten) und nachts nach der erfolgreichen Querung (rechts oben), v. l. n. r.: Mariana Santos, Jasmine Harrison, Nathalie Pohl und Mariam Binladen.



Nathalie Pohl unterwegs im Ärmelkanal (links oben / rechts unten).