



Freigeschwommen

SCHICKSALE Die Schwimmerin Elena Semechin ist zweifache Paralympics-Siegerin. Seit ihrer Kindheit verliert sie nach und nach ihr Augenlicht. Jetzt erfüllt sich ihr größter Wunsch: Sie wird Mutter. Unterwegs mit einer, die das Leben liebt.

Wo taucht man ein in ein solches Leben? Ein Leben, das jetzt schon, nach 31 gelebten Jahren, überläuft vor Wendungen. Ein Leben, das ein Mädchen aus der kasachischen Steppe nach Deutschland spülte und von dort aus in die größten Schwimmhallen der Welt. Auf die wichtigsten Siegereckpchen ihres Sports und in Dutzende Wartezimmer von Arztpraxen, Krankenhäusern, Gentherapeuten.

Vielleicht beginnt man genau dort: in einem Wartezimmer im achten Stock der Berliner Charité. Elena Semechin, blaues Kleid, weiße Sneaker, sitzt auf einem Stuhl, in der linken Hand hält sie einen Blindenstock und in der rechten ein kleines, gelb gemustertes Heft, das sie umklammert wie einen Schatz. Es enthält Zahlen, Daten und Graphen, Skizzen eines beginnenden Lebens. Einen Mutterpass.

Semechin rutscht auf ihrem Stuhl hin und her, diktiert Nachrichten in ihr Handy, wischt über zigfach vergrößerte Buchstaben auf dem Display, den Kopf nah über dem Gerät, die Augen zusammengekniffen. Sie zieht ein Fernglas aus dem Rucksack, dreht an den Rädchen herum und versucht, auf einen Punkt scharf zu stellen. Sie sagt zu ihrem Mann Phillip, der neben ihr sitzt: »Damit ich den kleinen Ronny dieses Mal ein bisschen besser sehen kann!« Sie meint ihr Baby, 22. Schwangerschaftswoche, laut App gerade »etwa so groß wie ein Maiskolben«, halb ernster Arbeitstitel: Ronny, tatsächlicher Name: geheim, errechneter Entbindungstermin: 26. September 2025.

Kurz bevor die beiden aufgerufen werden, blickt Elena Semechin zum Fenster, wo golfballgroße Hagelkörner auf eine Metallverkleidung scheppern. Es ist ein Freitag Mitte Mai, gerade hatte noch die Sonne geschienen. Semechin schaut ihren Mann an und sagt nur: »Zum Glück bin ich nicht abergläubisch.«

Im Behandlungszimmer legt sie sich auf eine Liege, ein Arzt setzt den Ultraschallkopf auf und lässt ihn über ihren Bauch wandern. Auf dem Bildschirm am Fußende flackern Silhouetten auf, die sich nach und nach zu einem kleinen Körper zusammensetzen. Semechin presst sich das Fernglas an die Augen. Der Arzt spricht von einem »Magic Moment«, während auf dem Bildschirm ein winziges Herz schlägt.

Ein bisschen sind diese Minuten wie eine triumphale Schatzsuche. Der Arzt findet Schlagadern, den Aortabogen, Wirbelsäule, Arme, Hände, Finger, Beine, Füße, Zehen, Nieren, Magen, Blase, Nabelschnur und zum Schluss »ein Schniepelchen«. Alles da. Markantes Köpfchen, 28 Zentimeter, 430 Gramm, genau so viel, wie die Vorhersagen vermuten ließen. Der Arzt sagt: »Im besten Sinne: ein Durchschnittskind.« Alle sind glücklich. Eine Untersuchung wie ein Rausch.

Als Elena Semechin danach auf den Flur hinaustritt, spürt man ihre Erleichterung. Aber man spürt auch, dass sie in ihrem Leben viele Untersuchungen erlebt hat und dass die meisten davon anders verlaufen sind. Gute

Nachrichten gab es selten. Meistens wurde etwas schlechter.

Das hat vor allem mit ihren Augen zu tun. Als Elena Semechin sieben Jahre alt war, wurde bei ihr eine seltene Erbkrankheit diagnostiziert. Im Laufe der Zeit zehrt diese Krankheit Semechins Augenlicht auf. Mit jedem Jahr sieht sie ihre Umwelt düsterer, unschärfer, farbloser, trüber. Details werden zu Konturen, Konturen verschwimmen. Etwa 2 Prozent ihrer Sehkraft sind Semechin heute noch geblieben. Als sie zwölf war, waren es noch 20 Prozent, später 10, dann 5, dann 3. Gerade merkt sie, wie es wieder schlechter wird. Zwischen all der Unschärfe gibt es inzwischen Bereiche, die komplett verschwunden sind. Ihr Gehirn versucht, diese Leerstellen aufzufüllen mit Erinnerungen. Oder mit dem, was es dort vermutet. Oft hält sie ihren Kopf schräg, auf der Suche nach einem Punkt, der schärfer fokussiert als der Rest. Die Suche dauert gerade oft etwas länger.

Vor vier Jahren fanden Ärzte dazu noch einen bösartigen, walnussgroßen Tumor in ihrem Kopf. Es folgten Operation, Bestrahlung, Chemotherapie. Nach 14 Monaten galt Semechin als geheilt. Allerdings: Mit 99-prozentiger Wahrscheinlichkeit wird der Tumor zurückkehren. Nur weiß niemand, wann.

Wenn Elena Semechin ihre Geschichte erzählt, wird sie immer wieder gefragt: »Wie hältst du das alles nur aus?« Ihre Antwort: »Was soll ich denn sonst tun?«

Ihr Leben könnte eine Geschichte der Selbstaufgabe erzählen: eine Frau, die vom Schicksal erdrückt wird. Stattdessen erzählt ihr Leben ein reales Märchen. Das Märchen der Selbstermächtigung eines Mädchens, das sehr oft zu hören bekam, was es nicht können, was es nicht erreichen werde. Wegen ihrer Krankheit oder wegen ihres Geschlechts. Ein Mädchen, das mit 13 Jahren überhaupt erst Schwimmen lernte und es später damit bis ganz nach oben schaffte: auf Bühnen, auf Titelseiten, zu paralympischem Gold. Für



Schwangere Semechin Anfang August

Semechin wurde das Schwimmen ihr »Fenster zur Welt«.

An einem Nachmittag im April, knapp einen Monat vor der Untersuchung in der Charité, läuft Elena Semechin im Badeanzug durch die Schwimmhalle im Sportforum Hohenschönhausen. Ihr Bauch zeichnet sich bereits deutlich unter ihrem Badeanzug ab. Sie orientiert sich an den dunklen Leitlinien am Beckenrand, sie grüßt, beziehungsweise: Sie reagiert auf Grüße.

Semechin kennt fast jeden hier, wenn es ihr gut geht, trainiert sie zweimal täglich. Heute Morgen ist sie zwei Stunden lang geschwommen. »Oder was seit meiner Schwangerschaft vom Schwimmen übrig geblieben ist«, sagt sie. »Ich sehe dabei gerade eher aus wie ein Wackelpudding.«

Dann steht das an, was Semechin an ihrem Sport am liebsten mag: Krafttraining. Sie sagt: »Ich bin keine Wasserratte. Ich mag Wasser eigentlich nicht wirklich, ich schwimme bis heute nicht so gern.«

Schnell ist Semechin trotzdem. Über 100 Meter Brust hält sie in der Klasse SB13 den Weltrekord, 1:12:54, nur acht Sekunden über der Weltrekordmarke der Damen. Obwohl sie bei der Wende nach 50 Metern immer öfter nur erraten kann, wo sie sich gerade befindet, weil sie die Linie am Boden unter sich immer schlechter erkennt.

Deshalb sagt sie auch: »Meine Rennen beginnen eigentlich erst nach der Wende.« Dann geht es nur noch darum, so schnell wie möglich zu schwimmen. Jeder ihrer Züge sieht dann aus, als würde sie sich wie bei einem Hechtsprung immer wieder unter Wasser stürzen. Bis sie irgendwann anschlägt, meistens mit den Händen, wenn sie Pech hat mit dem Kopf. Im Ziel weiß sie erst mal nicht, was ihre Anstrengung wert war. Die Anzeigetafel sieht sie nicht. Sie ringt dann nach Atem, versucht, Informationen aufzuschnappen. Was kommt über die Lautsprecher? Was sagt ihr Trainer? Wie applaudiert das Publikum?

Semechin hat zweimal paralympisches Gold gewonnen. Sie ist zweimalige Para-Sportlerin des Jahres, dreimalige Para-Weltmeisterin, vierfache Berliner Sportlerin des Jahres, Olympiabotschafterin Berlins; zwei Bundespräsidenten überreichten ihr gleich drei silberne Lorbeerblätter, Zeugnisse eines sagenhaften Aufstiegs.

Elena Semechins Märchen beginnt 1993 im Süden Kasachstans. Sie erinnert sich an »Unkraut zupfen«, »im Stall helfen«, »Tiere füttern«, »Wasser holen vom Brunnen«, »Gemüse ernten«, Mais, Kartoffeln, Gurken, Tomaten. Ihre Eltern waren Selbstversorger in einem kleinen Dorf, durch das ein Schotterweg führte, der aufstäubte, wenn sich ein Auto näherte. Sie lebten mit mehreren Generationen in einem Häuschen, ein Schlafzimmer für die Kinder, eines für die Erwachsenen, hinter dem Haus die Tiere, dahinter die Felder, dahinter die Unendlichkeit der Steppe.

Der Weg, der für sie vorgezeichnet war: arbeiten, brav sein, irgendwann heiraten und

Hausfrau werden. Wenn sie etwas anstellte oder widersprach, mit fünf oder sechs Jahren, drohten ihre Eltern: »So findest du keinen Mann!« Semechin störte es, dass die Jungs anders behandelt wurden als sie. Dass sie mehr durften.

Daran änderte sich auch nichts, als die Familie kurz danach nach Russland umsiedelte, um dort Arbeit zu finden. Semechin erzählt, wie sie in der neuen Schule ausgegrenzt wurde, weil sie Ausländerin war. Wie sie sich deshalb ständig mit ihren Mitschülern schlug.

Vor allem erinnert sie sich an eine Zugfahrt ins Krankenhaus nach Moskau. Zwei Tage hin, zwei Tage dort, zwei Tage zurück. Im Gepäck die Diagnose: Morbus Stargardt. Semechin verstand nicht, was diese beiden Worte für sie und ihre Augen bedeuteten. Sie bekam nur mit, dass sie deshalb von ihrer Schule flog. Das Russland der frühen Nullerjahre hatte nichts übrig für Inklusion.

Ihren Eltern fiel auf, dass Elena immer häufiger nahe an Dinge heranrückte und die Augen dabei zusammenkniff. Sie brachten ihre Tochter zu immer neuen Ärzten, in andere Krankenhäuser. Manchmal blieb Semechin wochenlang dort.

Heute spricht sie nicht von Untersuchungen, sondern von »Experimenten«. Von Spritzen, die sie in die Augen bekam, niemand wusste, was genau die Ärzte ihr injizierten.

Semechin hielt durch, ihre Eltern hofften. So ging das über Jahre.

Bis 2005 die nächste große Reise anstand, nach Deutschland. Ins Paradies, dachte sie. Ein Teil der Familie ihres Vaters stammte von dort, und immer wenn die Verwandten zu Besuch waren, gab es für die Kinder Kleidung und bunte Bonbons. Semechin sagt: »Ich dachte: Was muss das für eine traumhafte Welt sein, wo es so etwas gibt!«

Die Familie kam in ein Auffanglager, wurde von Unterkunft zu Unterkunft gereicht. Die ersten deutschen Worte, die die elfjährige Elena lernte, waren: »Achtung, Achtung!« So begannen immer die Durchsagen.

In dieser Zeit verschlechterte sich auch Semechins Sehkraft schneller als zuvor. Sie sagt: »Ich konnte in meiner neuen Schule auf einmal nichts mehr von der Tafel abschreiben und Gesichter kaum noch unterscheiden. Ich wollte das aber nicht zugeben. Ich habe mich dafür geschämt, anders zu sein.«

Die Buchstaben auf ihren Arbeitsblättern wurden größer, die Noten schlechter, die Lehrer waren überfordert, ihre Eltern sowieso. Also schickten sie ihre Tochter weg von zu Hause, noch vor ihrem 13. Geburtstag.

Zwei Jahrzehnte später, an einem Dienstag Anfang Juli, betritt Elena Semechin einen großen Raum, in dem ein paar Möbel aus Eichenfurnier herumstehen. Sie tastet sich einige Schritte in Richtung einer breiten Fens-

terfront, stützt sich am Fensterbrett ab, blickt aus dem zweiten Stock hinunter auf einen Innenhof. Semechin kneift die Augen zusammen, es wirkt, als versuchte sie, in ihrem Kopf abgespeicherte Erinnerungen mit der Gegenwart zu verschmelzen. »Hier bin ich am Anfang oft gestanden und habe gewartet«, sagt sie. »Stundenlang hab ich gewartet auf meine Eltern. Aber sie sind nicht gekommen.«

Sie greift sich an ihren Bauch, während sie das erzählt. Fast so, als wollte sie sagen: Dir wird das nie passieren.

Der Raum gehört zum Bildungszentrum für Blinde und Sehbehinderte in Nürnberg. Für Elena Semechin war das fast zehn Jahre lang ihr Zuhause. Am Anfang weinte sie sich in den Schlaf, sperrte sich in ihrem Zimmer ein, fühlte sich verloren, enttäuscht, heimatlos, ausgegrenzt, abgeschoben. Sie sagt heute: »Es fühlte sich furchtbar an in diesem Moment.«

Sie sagt aber auch: »In Wirklichkeit war es für mein Leben der Wendepunkt.«

An diesem Julitag tastet sich Semechin durch die langen Gänge des Bildungszentrums, das früher mal ihr Zuhause war. Hier hat sie gelernt, über sich selbst zu sprechen, sich zu akzeptieren, mit allem, was zu ihr gehört. Auch ihre Krankheit. Das war ein Prozess von vielen Jahren, erzählt sie. Aber sie begann sich zu öffnen, fand Freunde und wartete immer seltener an der Fensterfront über dem Innenhof.



Leistungssportlerin Semechin
beim Training in Berlin

Stattdessen spielte sie Fußball, lief, warf Bälle, ging tanzen oder klettern. Mit 13 schwamm sie die ersten Bahnen ihres Lebens.

Die Menschen um sie herum merkten schnell, dass Semechin gut im Schwimmen war. Irgendwann glaubte auch Semechin daran. Sie quälte sich im Becken, wurde schneller und schneller und merkte, dass Schwimmen für sie mehr sein konnte als nur ein Sport. Sie sagt: »Ich habe gesehen, dass Türen aufgingen. Das Schwimmen hat mir eine Perspektive gegeben.«

Der Architekt hinter alldem ist ein sanfter Mann mit Dreizehntagebart. Michael Heuer, heute 62 Jahre alt, Stecker in den Ohren, Sandalen an den Füßen, hat sein halbes Leben in dieser Einrichtung in Nürnberg verbracht. Er leitet hier das Freizeitzentrum, auch heute noch. Heuer ist einer dieser Menschen, für die ihr Beruf eine Lebensaufgabe ist.

Für Elena Semechin war Heuer früher »Trainer«, »Mentor«, »Freund«, »Strippenzieher«, oft auch: »Ziehvater« und »Vatersersatz«. Er war da, wenn Semechins Eltern es nicht waren. Und das war oft so. Heuer fuhr sie zum Training, kaufte mit ihr ein, wenn ihr das Geld ausging, tröstete sie. Er pappte ein Stoffbanner mit Tapetenkleister an die Wände des Internats, als Semechin von ihrem ersten internationalen Wettkampf zurückkam: »Wir sind stolz auf dich!«

Was er dachte: »Ich bin stolz auf dich!«

In den zwei Jahrzehnten, die seitdem vergangen sind, hat Heuer Semechin zu fast allen wichtigen Wettkämpfen begleitet. Er sah, wie sie 2012 als 18-Jährige über 100 Meter Brust Paralympics-Silber holte, er tröstete sie 2016 in Rio nach Platz fünf und jubelte 2021 mit ihr über Gold in Tokio. 2024 saß er auf der Tribüne in Paris, als Semechin – nach der Odyssee mit Tumor-OP, Chemotherapie und Bestrahlung – auf dem Podest wieder ganz oben stand.

Als die beiden an diesem Julitag gemeinsam durch das Internat laufen, wirken sie wie Vater und Tochter. Und als Semechin ihm von ihrer Schwangerschaft erzählt, hat man das Gefühl, dass auch Heuer bald ein bisschen Opa wird.

Semechins leibliche Eltern haben bis heute keinen einzigen Wettkampf ihrer Tochter besucht. Als Kind lud sie die beiden oft noch ein. Irgendwann hatte sie genug von den Enttäuschungen. Semechin sagt: »Bei den anderen Kindern saßen die Eltern mit Schildern für ihr Kind auf den Tribünen. Bei mir saß niemand.«

Schon als Kind hatte sie manchmal das Gefühl, ihre Eltern würden sich für sie und für ihre Krankheit schämen. Sie klagten: »Womit haben wir das verdient? Haben wir gesündigt?« Auch heute täten sie das noch manchmal, sagt Semechin. »Das geht mir tierisch auf die Nerven! Es ist halt ein Gendefekt! Niemand hat etwas falsch gemacht.«

Semechin glaubt, dass ihre Eltern mit dem Leben fremdeln, das sie mittlerweile führt. Dem Sport, den Galas, den Abendkleidern.



16-Jährige Semechin in Nürnberg 2010

Als Semechin sich 2020 für den »Playboy« auszog, war das für ihre Eltern ein Schock. Für sie selbst fühlte es sich an wie eine Befreiung, es war der nächste Schritt ihrer Emanzipation.

Der wichtigste Unterstützer bei dieser Emanzipation ist Semechins Mann Phillip. Über ihn sagt sie: »Er hat mich immer in allem bestärkt. Er hat mich in keine Rolle gedrängt, mir nie Grenzen gesetzt. Das kannte ich nicht aus meinen vorherigen Beziehungen.«

Phillip Semechin, 40, Vollbart und Glatze, ist nicht nur Elenas Mann, er ist auch ihr Manager, Berater, Assistent, Hindernisansager; er kümmert sich um Anfragen, Verträge und Öffentlichkeitsarbeit. Er kann gut damit leben, dass seine Frau ihn überstrahlt. Vor allem ist Phillip Semechin auch ihr Trainer, seit 2015, als Elena aus Nürnberg nach Berlin zog.

Phillip Semechin ist einer der erfolgreichsten Para-Schwimmtrainer Deutschlands. Es dauerte ein paar Jahre, bis die beiden ein Paar wurden. Elena verliebte sich dabei auch in eine Stimme, einen Geruch, eine Silhouette. In eine bestimmte Art, sich zu bewegen. Die beiden heirateten am Tag, bevor Elena der Tumor aus der Schläfe geschnitten wurde, knapp vier Jahre ist das her. Ein Liebesbeweis. Es folgten sechs Wochen Bestrahlung und 13 Monate Chemotherapie, in denen ihr Körper mit Gift vollgepumpt wurde. Bis der Tumor verschwunden war.

Seitdem legt sich Elena Semechin alle paar Monate zur Kontrolle in einen Computertomografen. Während der Schwangerschaft darf sie das nicht. Phillip denkt oft darüber nach, was wohl gerade im Kopf seiner Frau vor sich geht. Ob sie grübelt. Ob dort etwas wächst. Er weiß, was die Ärzte gesagt haben. Dass der Tumor beim nächsten Mal aggressiver sein würde, wahrscheinlich größer.

Auch Elena denkt manchmal daran. Dann schiebt sie ihre Sorgen schnell zur Seite, wie sie sich das antrainiert hat über die Jahre. »Was soll ich denn sonst tun?«

Aus dem Immer-weiter-Machen hat Semechin inzwischen ein Geschäftsmodell gemacht. Sie geht in Unternehmen und Organisationen und erzählt von ihrem Leben. Auf den roten Teppich nimmt sie mittlerweile immer ihren Blindenstock mit. Nicht weil sie den zwingend bräuchte – er ist ihr Markenzeichen geworden. Sie sieht das so: »Die meisten würden mich sonst gar nicht erkennen. So wissen die direkt: Ah, das ist wahrscheinlich diese Schwimmerin, die Blinde!«

Eine Sache, sagt sie, gehe ihr nicht aus dem Kopf. Ein Gedanke, der immer wieder aufplopt. Was ist, wenn sie bei der Geburt ihres Sohnes schon blind ist? Wenn sie das Baby nicht sehen kann? Wenn auch die letzten zwei Prozent ihrer Sehkraft verschwunden wären? Wenn sie deshalb nie ein Bild im Kopf haben würde von ihrem Kind. Wenn sie ganz nah heranrücken würde an diesen kleinen Körper, und sehen würde sie: nichts.

Diese Ängste sind größer geworden, je näher die Geburt heranrückt. Das liegt auch an dieser Reise nach Tübingen im April. Wieder einmal saß Semechin Ärzten gegenüber, wieder einmal erklärten die ihr Begriffe, dieses Mal: Zapfen-Stäbchen-Dystrophie. Seitdem hat Semechin Gewissheit, dass ihre Welt irgendwann komplett hinter einem dunklen Schleier verschwunden sein wird.

Seit jenem Tag weiß sie auch, dass diese Krankheit auf ihren Sohn übergehen kann. Die Wahrscheinlichkeit: 25 Prozent.

Als Elena Semechin an diesem Tag Ende Juli dasitzt und von ihren Ängsten erzählt, wirkt es für einen Moment so, als wäre ihr Panzer verrutscht. Dann beißt sie einen großen Halbkreis aus ihrer Nusschnecke und sagt, noch mit vollem Mund: »Na ja, aber das Gute ist ja: Ich kann ihn ja auch anfassen!«

Einige Stunden später streift sie sich ihr T-Shirt vom Leib, versteckt ihre Haare unter einer Badehaube. Aus dem kleinen Bauch unter ihrem schwarzen Badeanzug ist eine mächtige Kugel geworden: »Ronny«, 32. Schwangerschaftswoche, 1800 Gramm, 43 Zentimeter, laut App so groß wie eine Ananas mit Schopf.

Semechin lässt sich in das Becken plumpsen. »Hier drin fühle ich mich wenigstens nicht wie so ein fettes Walross!« 50 Bahnen schwimmt sie, die meisten davon auf dem Rücken, weil ihr Bauch sie bei allen anderen Techniken nach unten zieht wie ein Anker.

So sehr sie sich auf ihren Sohn freut: Für sie ist die Schwangerschaft auch ein ständiger Kompromiss. Sie braucht den Sport, damit es ihr gut geht. Und Semechin hat noch Ziele. 2028 sind die Paralympics in Los Angeles: Sie will nicht nur dabei sein, sie will gewinnen. Zeigen, dass etwas möglich ist. Als fast Blinde, vielleicht als Blinde, auf jeden Fall als Mutter. Ein Vorbild sein. Sie sagt: »Vielleicht ja auch für meinen Sohn.«

Und das Happy End? Elena Semechin sagt: »Das kommt erst noch.«

Josef Saller