

## Jordanien, Aqaba Dive Challenge 2016 Tag 3

Also, Respekt: Das Konzept der Dive Challenge ist wirklich klasse. Man erlebt viel, man trifft nette Leute, man hat Action und dann wieder Ruhe und das im angenehmen Klima von Jordanien. Und man tut was für seine Fitness und für sein Wissen. So startet der Tag allmorgendlich mit Nik Linder und dessen Frühgymnastik. Die ist mit Übungen und Atemtechniken speziell auf das Apnoetauchen angepasst, weshalb das Ganze auch nicht Frühgymnastik heißt, sondern Pranajama. Der eifrigste Teilnehmer am 6.30-ührlichen Pranajama ist, Ihr werdet das sicher erraten, Euer Heinz. Während andere sich nochmal im Bett umdrehen, hat der schon 50 Kniebeugen in den Knochen. Dann geht es zum Tauchen und während wir Journalisten einfach nur so tauchen und unsere Fotos knipsen, sammeln die Teilnehmer an der Challenge auch Müll und das ist eine super Sache. Heute wurde tatsächlich ein ganzer Haufen aus dem Meer mitgebracht, von der Getränkedose über Plastickschlappen bis hin zu einem Stück Maschendrahtzaun. Standard sind da schon Seilstumpfen von den Schiffen. Der Müll wird gewogen und danach werden dann Punkte verteilt, die zum Gesamtergebnis beitragen. Den Abschluss des heutigen Tages bildete ein wirklich hörenswert Vortrag von Gerald Nowak zum Thema Umwelt und Meeresschutz, in dem er die Zuhörer umfassend über die Gefährdungen des Ozeans informierte &ndash; von der Plastikproblematik über die Verschmutzung der Ozeane durch Schallwellen - und den verheerenden Auswirkungen vor allem auf Meeressäuger - und natürlich der Überfischung. Diesen Bericht stelle ich parallel auch immer auf meine Facebook-Seite Josef Johann Caesing. Dort hab ich meistens auch mehr Bilder als hier auf unserer Internetseite von ATLANTIS. Unter dem Pseudonym Ceasing schreibe ich übrigens meine historischen Kriminalromane. "Der dritte Tote" und "Tod eines Ehrenmannes" können als Taschenbuch beim 4dverlag.de bestellt werden oder als E-Book heruntergeladen: als kindle-Version bei amazon.de, für den Tolino unter [www.hugendubel.de](http://www.hugendubel.de), [www.thalia.de](http://www.thalia.de), [www.buecher.de](http://www.buecher.de), [www.weltbild.de](http://www.weltbild.de) u. v. m.