

Pressemeldung

Alpentherme Gastein 2025, Terminavis // honorarfreier Abdruck // 3631 zol

Breathless 24 – Weltrekord geschafft!

*Bad Hofgastein, 21. September 2025 – Jubelstimmung in der Alpentherme Gastein: Christian Redl und sein Team haben es geschafft! Beim 24-Stunden-Weltrekordversuch im Streckentauchen „Breathless 24“ legten die sechs Athleten innerhalb von 24 Stunden insgesamt **81,1 Kilometer** im Sportbecken der Alpentherme zurück – und haben damit einen Weltrekord aufgestellt.*

Gastein präsentierte sich am Weltrekord-Wochenende von seiner schönsten Seite: strahlendes Kaiserwetter und ein Panorama, das malerischer nicht sein könnte. Punkt 12.00 Uhr, quasi mit den Kirchenglocken, fiel der Startschuss für „Breathless 24“. Zahlreiche Helfer waren im Einsatz, um die Athleten rund um die Uhr zu pushen. Auch die Thermengäste ließen sich mitreißen und feuerten das Team an – kein Wunder, schließlich war die Therme extra bis 24 Uhr geöffnet, um das sportliche Spektakel mitzuerleben.

Nachtschicht im Mondschein

Still wurde es rund ums Sportbecken ab Mitternacht – für unsere sechs Athleten ging's trotz Dunkelheit und Kälte (es kühlte bis auf 8 Grad ab) unermüdlich weiter. Streng überwacht von Olaf Kuchenbecker, Rekordrichter des Weltrekordinstituts Deutschland, kämpften sich die Sportler durch die Nacht. Sonntagmittag, punkt 12 Uhr, endete der Bewerb schließlich mit einem fulminanten Finish.

Nicht nur die Distanz und der Schlafmangel forderten die Athleten heraus, sondern auch ein sehr praktisches Thema: Was isst und trinkt man bei so einem 24-Stunden-Tauch-Marathon?

„Also der Maurice, der kann alles essen, ohne dass ihm dann beim Schwimmen schlecht wird“, erzählt Redl fast ein bisschen neidisch. „Wir anderen halten uns eher an Müsliriegel, Obst oder Gels – weniger ist mehr.“

Das Trinken sei wiederum eine eigene Wissenschaft: Nicht zu wenig, weil der Körper permanent arbeitet – aber auch nicht zu viel, sonst droht die längste „Challenge“ außerhalb des Wassers: die Pipi-Pause. „Bis man sich aus dem Neoprenanzug raus- und wieder reinschält, vergeht locker eine halbe Stunde – und genau die fehlt dann beim Ausruhen, Essen oder Schlafen.“ Zur Erklärung: Während ein 3er Team 1 Stunde lang tauchte, hatte das zweite 3er Team Zeit zur Regeneration.

Abschluss mit Gänsehaut

Mit dem erfolgreichen Abschluss von „**Breathless 24**“ hat Christian Redl nun **Weltrekord Nummer 13** in der Tasche – ein weiterer Meilenstein in seiner beeindruckenden Karriere als Freitaucher und Mentaltrainer.

„Dieser Rekord ist kein Einzelerfolg, sondern ein Teamerfolg“, betonte Redl sichtlich bewegt im Ziel. „Wir haben gezeigt, was möglich ist, wenn man zusammenhält, den Atem kontrolliert und an seine Grenzen geht.“ Wie man diese Grenzen im Alltag verschiebt und mit Atemkontrolle Ruhe und Stärke gewinnt, erklärt Redl in seinem neuen Buch ‚Breath to Success‘ – das ab sofort im Buchhandel erhältlich ist.

Eine stille Hommage an Felix Baumgartner

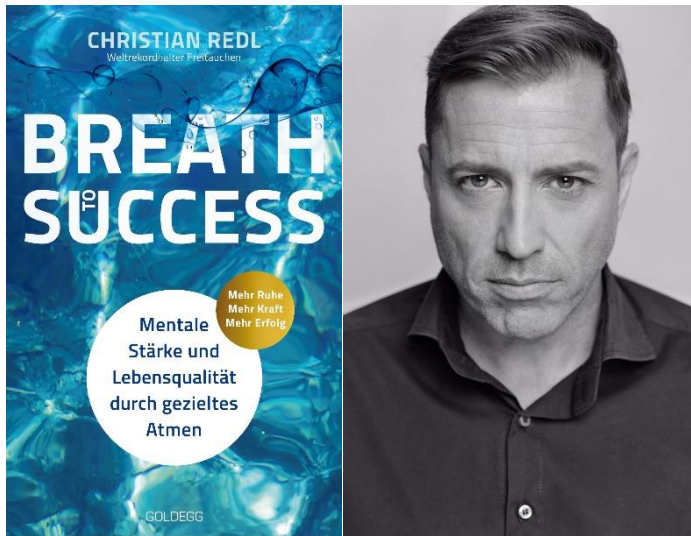
Christian Redl beendete seinen Weltrekordversuch nach exakt 502 Runden – nicht zufällig, sondern als stille Hommage. Die Zahl 502 war die Base-Jump-Nummer und Markenzeichen von Extremsportler Felix Baumgartner, Freund und Mentor von Redl, der in diesem Jahr tragischerweise verstorben ist. „Mit dieser Geste wollte ich ihm danken und ihn ein Stück weit mitnehmen auf unseren Rekord“, so Redl sichtlich bewegt. Als „Ersatzmann“ übernahm Kollege Maurice Fellner von Team 1 Redls letzte Bahnen.

Das Team im Überblick:

- **Christian Redl** – 12-facher Weltrekordhalter, Speaker, Ozeanschützer
- **Jaromir Foukal** – AIDA-WM-Teilnehmer, Weltmeister im Untereiswasserhockey, 4 Weltrekorde (3 unter Eis)
- **Maurice Fellner** – 1 Weltrekord am Neufelder-See (AT)
- **Clemens Marton** – Teilnehmer an Apnoe-Landesmeisterschaften
- **Ivan Mircetic** – 1 Weltrekord, Europameister im Untereiswasserhockey
- **Nino Röhrenbacher** – 1 Weltrekord, Apnoe-Wettkämpfer auf Landesebene

Über den Autor

Christian Redl ist mehrfacher Weltrekordhalter im Freitauchen, Mentaltrainer und ehemaliger Investmentbanker. Er kombiniert seine Erfahrung aus Extremsituationen mit wissenschaftlich fundierten Methoden in den Bereichen Risiko-Management, Motivation und Teamführung. Mit seinen Vorträgen und Trainings hat er bereits über 25.000 Menschen weltweit begeistert, darunter Spitzensportler, Führungskräfte und Unternehmer.



Kontakt:

Alpentherme Gastein, Sen. W. Wilflingplatz 1, 5630 Bad Hofgastein, täglich ab 9 Uhr
Tel: +43 (0) 6432 / 8293 0, E-Mail: info@alpentherme.com, www.alpentherme.com