

## Christin Gerstorfer holt Silbermedaille im Freitauchen für Österreich beim CMAS World Cup Depth 2024 und stellt 4 neue Nationalrekorde auf

CAMOTES ISLANDS – 14. Juni 2024

Die 25-jährige Badenerin Christin Gerstorfer erreichte Platz 2 unter den weltbesten Frauen und holte die Silbermedaille für Österreich beim CMAS World Cup Depth 2024 auf den Camotes Islands, Philippinen. Zudem stellte sie 4 neue österreichische Nationalrekorde im Apnoetauchen auf, ist somit die jüngste Rekordhalterin und Nummer 1 der Frauen im Tieftauchen in Österreich. Nun bietet sie in Österreich, den Philippinen und online Freitauchkurse, Coachings, Workshops, Vorträge etc. an, erarbeitet Angebote für Organisationen und Privatpersonen wie Outdoor-Teambuilding und mentale Stärke durch Freitauchen, arbeitet als Unterwassermodel, möchte den Sport in Österreich bekannter machen und plant Teilnahmen an weiteren Weltmeisterschaften sowie sogar Olympia.



Christin Gerstorfer bei Ihrem 63m CWT Nationalrekord mit der Monofin. 14.05.2024.  
Copyright: Below the Wave (Laura Mommichi)

Beim CMAS World Cup Depth 2024 auf den Philippinen, organisiert von Camotes Freediving und der World Underwater Federation CMAS, trat Christin Gerstorfer in allen Disziplinen des Tieftauchens an: CWT (Monofin), CWTB (Bi Fins, zwei lange Flossen), CNF (No Fins, ohne Flossen) und FIM (Free Immersion, am Seil hinunter-/hinaufziehen mit den Armen). Sie erreichte 63m Tiefe in CWT, CWTB und FIM sowie 47m CNF und setzte damit in allen vier Disziplinen neue Nationalrekorde, das heißt sie tauchte tiefer als jede Österreicherin zuvor. Dies sicherte ihr im World Cup in den einzelnen Disziplinen einen Platz in den Top 3 und in der Gesamtwertung den zweiten Platz der Frauen und somit die Silbermedaille für Österreich. In allen Disziplinen bei CMAS ist sie nun Platz 1 bzw. die „tiefste Frau“ Österreichs, welches sie gemeinsam mit dem AIDA-Ranking (andere Organisation) und ihren weiteren AIDA Nationalrekorden zur Nummer 1 in Österreich und 8-fachen Nationalrekordhalterin macht. Dies brachte ihr auch die Aufmerksamkeit der Medien wie Red Bull Media House, Kronen Zeitung, NÖN und Sponsor:innen wie BYD Austria ein.

Beim Apnoetauchen oder Freitauchen geht es darum, mit nur einem Atemzug so tief, so lang und/oder so weit wie möglich zu tauchen. Dementsprechend gibt es verschiedene Disziplinen in diesem Sport, die entweder im Pool oder im Freiwasser wie im Meer oder See ausgeübt werden. Im Freiwasser geht es um das Tieftauchen. Dabei gibt es die Disziplinen mit (CWT, CWTB) oder ohne Flossen (CNF, FIM). Apnoetauchen geht mit einer großen körperlichen und mentalen Anstrengung einher, vor allem der Druck, der auf den Körper in der Tiefe wirkt, ist enorm und diese Extremleistungen zu erbringen, erfordert intensives mentales Training und monate- bis jahrelange physische Adaption.

Die Geschichte hinter Christins Leidenschaft für das Freitauchen: Christin war schon als kleines Kind mehr Unterwasser als an Land zu finden und hat sich schnell mit einer eigenen Monofin das Tauchen und Luftanhalten beigebracht. Bereits als 12-jährige tauchte sie auf 15m Tiefe. Mit 16 Jahren begann sie diesen Sport professionell auszuüben, in dem sie mit Weltrekordhalter:innen trainierte, Ausbildungen abschloss, als Unterwassermodel arbeitete und als Assistentin unterrichtete. Seit 2022 startete sie mit Wettkämpfen und stellte gleich bei ihrem ersten einen österreichischen Rekord in CNF auf. Schon seit Beginn ihrer Karriere war es das größte Ziel von Christin, Instruktorin für diesen Sport zu werden. Dementsprechend absolvierte sie 2023 die Ausbildung zur AIDA-Instruktorin. Im Anschluss reiste sie für 2 Monate auf die Philippinen, um dort die Instruktor-Ausbildung einer anderen Organisation, Molchanovs, zu absolvieren und an den „AFA AIDA Depth Nationals 2023“ teilzunehmen. Ihr Trainer war Thibault Guignes, französischer Nationalrekordhalter mit Ranking an der Weltspitze, der bereits 125m Tiefe freitaucht. Dort erreichte sie ebenfalls den 2. Platz in der Gesamtwertung und stellte 2 neue AIDA Nationalrekorde auf. Danach absolvierte Christin die Instruktor-Ausbildung, die nicht nur schwierige Performance-Anforderungen abverlangt, sondern auch strenge Sicherheits- und Qualitätsvorschriften sowie Ausdauer, Resilienz und mentale Stärke.

Im Anschluss verbrachte sie mehrere Monate wieder in Österreich, arbeitete als Business Consultant im Tourismus und bot Freitauchkurse, Workshops, Coachings etc. an. Ebenso kollaborierte sie mit ihrem ersten Sponsor BYD Austria, mit dem sie eine Kampagne für den BYD Seal erarbeitete. Seit 2024 bietet sie unter „Freediving Gerstorfer“ ([www.freediving-gerstorfer.at](http://www.freediving-gerstorfer.at)) Molchanovs- und AIDA-Kurse an, steht als Unterwassermodel für private und kommerzielle Shootings zur Verfügung und entwickelt Angebote wie mentales Training für Führungskräfte und Retreats. Im Frühjahr 2024 sendete das Nationalteam sie wieder auf die Philippinen, um am CMAS World Cup Depth teilzunehmen. Nach einer 6-monatigen Trainingspause stand die Wettkampf-Vorbereitung am Programm mit täglichem Freitauchen, Adaption an die Tiefe, Druckausgleich-Training, Stretching und Mentaltechniken bis sie die oben genannten Ergebnisse für Österreich erzielte. Derzeit unterrichtet Christin auf den Philippinen, online und in Österreich.

Christins Ziele in den nächsten 1 bis 2 Jahren sind, die weiteren AIDA Nationalrekorde in der Tiefe mit der Monofin (74m) und in Free Immersion (71m) zu brechen, um wirklich „tiefste Frau“ in der Geschichte Österreichs zu sein. Darüber hinaus möchte sie mehr Erfahrung im Unterrichten sammeln und sich auf die kommende Tiefensaison im Sommer und Herbst 2024 vorbereiten. Ultimatives Ziel für Christin ist, weiterhin bei Weltmeisterschaften und besonders bei den Olympischen Spielen für Österreich anzutreten, wobei es mittlerweile konkrete Bestrebungen gibt, Freitauchen in den nächsten 10 Jahren bei diesen auszutragen. Außerdem möchte die 25-jährige den Sport und Community in Österreich bekannter machen und vor allem ihr Kursangebot mit Coachings für mentale Stärke, Resilienz, Stressbewältigung und Teambuilding durch Freitauchen für Organisationen und Privatpersonen erweitern. Derzeit bietet sie bereits individuelle Coachings, Vorträge, Workshops und Freitauchkurse an, arbeitet als Unterwassermodel und steht für Sponsorings und Kollaborationen bereit. Weitere Informationen findet man unter ihrer Website [www.freediving-gerstorfer.at](http://www.freediving-gerstorfer.at) oder per E-Mail an [freediving@gerstorfer.at](mailto:freediving@gerstorfer.at).


Wenn man Christin danach fragt, warum sie diesen Sport ausübt: „Unterwasser ist der einzige Ort, an dem ich abschalten, mich entspannt und gleichzeitig am lebendigsten fühlen kann, nur dort verspüre ich grenzenlose Freiheit. Wir erlangen mentale Stärke und Gesundheit, die sicher 70% dieses Sportes ausmacht, inneren Frieden und Kontrolle über unseren Körper und Geist durch Freitauchen. Mich hat diese Sportart viel über mich selbst und meine persönliche mentale Stärke gelehrt. Es hat mir auch gezeigt, was mein Körper kann und mir ein bewussteres Körpergefühl gegeben. Denn unter Wasser müssen wir uns zu 100% auf uns verlassen können, denn wir balancieren ständig am Rande. Durch Freitauchen lernen wir aufgrund der Risiken, die wir bereitwillig eingehen, unsere geistigen und körperlichen Grenzen zu kennen und anzunehmen bzw. sicher zu erweitern. Wir tun das, um das Unmögliche zu erreichen und das Element Wasser in all seinen Formen und seiner Reinheit zu erleben, immer begleitet von unseren zuverlässigen Sicherheitstaucher:innen, unseren Buddies, mit denen wir innige und lebenslange Freundschaften aufbauen können. Auch wenn wir uns hilflos und schwach fühlen, beim Freitauchen fühlen wir uns jedes Mal lebendig und stark, wenn wir tief einatmen, aufmerksam sind und uns unter der Wasseroberfläche herausfordern. Es ist ein Lebensstil für mich.“

**Rückfragehinweis**

**Christin Gerstorfer, BA**

8x & jüngste AUT Nationalrekordhalterin & Instruktorin für das Freitauchen

AIDA & Molchanovs | Unterwassermodel & Coach | Freediving Gerstorfer

 +43 676 361 6941

 [freediving@gerstorfer.at](mailto:freediving@gerstorfer.at)

 [www.freediving-gerstorfer.at](http://www.freediving-gerstorfer.at)

 [@christindives](https://www.instagram.com/christindives)

 [Christin Gerstorfer](https://www.facebook.com/ChristinGerstorfer)

 [Christin Gerstorfer](https://www.linkedin.com/in/ChristinGerstorfer)

