



THERAPIE MIT EISEN UND HOLZ

Auf dem langen und mühsamen Weg der Genesung erweist sich der Golfsport für Menschen mit Schlaganfall oft als sehr gute Empfehlung. Immer mehr Clubs entdecken hier neues Potenzial und werden aktiv.

Bewegung und Stand sind immer noch un stabil. Koordination und Balance stimmen irgendwie nicht. Ebenso wenig das Gleichgewicht. Ich fühle mich im Vergleich zu vorher viel rascher erschöpft und belastet. Aber an diesem Par 4 habe ich den Ball tatsächlich schon dreimal hintereinander recht sauber getroffen. Der Flugbahn nachzuschauen ist das pure Glück. Ich merke anschließend gar nicht, dass ich beim Gang zum Ball wieder eine – für mich bedeutende – Strecke zurückgelegt habe. Beim Putten komme ich mit den Distanzen und dem richtigen Tempo wieder einigermaßen zurecht. Dem Horst, meinem Sportsfreund und Begleiter, konnte ich nach den Luftschlägen und Hackern der letzten Trainingsstunden schon drei Löcher abnehmen. Er hat heute keinen so guten Tag erwischt. Ich aber erlebe das Spiel und die Natur auf dem Thalkirchener 9-Loch-Platz angenehm prickelnd, will wieder vorankommen – gesundheitlich und sportlich. Ein Fortschritt, der mir auch mental neuen Schwung gibt.“

Dieser Erlebnisreport eines 60-jährigen Angestellten, seit acht Monaten Schlaganfall-Patient mit einem GdB (Grad der Behinderung) von 50 Prozent und dauerhaft berufs unfähig, bringt die positive Wirkung des Golfsports für Genesung und Rehabilitation behinderter Menschen trefflich auf den Punkt. Wer sich das gute Virus einmal eingefangen hat, wird es trotz eines schweren Schicksals gottlob nicht mehr los. Schon in der Stroke-Unit des Klinikums Dachau beschäftigte den Freizeitgolfer (HCP 25,1) neben allen anderen Sorgen auch die nach vorne gerichtete Frage: „Wann werde ich wieder einen Golfschläger schwingen können?“

Elizabeth Höh, Proette im Golfpark München Aschheim, zählt zu jenen Pionieren, die sich „mit Herz und Seele“ auf derartige Fälle spezialisiert haben. Auf ihrer Website (elizabethhoehgolf.de) stellt die agile Niederländerin, die auf eine in Jahrzehnten gereifte Golf-Expertise verweisen kann und aktuell auch noch Psychologie studiert, das Thema und ihre Kompetenz ganz plakativ heraus. „Schlaganfall“ steht bei ihr an erster Stelle jener körperlichen und geistigen Handicaps, die sie bei betroffenen Menschen „in enger Absprache mit dem Arzt und den Physiotherapeuten“ auf der Driving-Range und dem Course wesentlich verbessern will.



Anders als bei Sportarten wie Tennis, Hockey oder etwa Fußball komme es bei Golf nicht auf Schnelligkeit an, weiß Elizabeth Höh, „ein Vorteil, den die Patienten sehr zu schätzen wissen.“ Sie nutzt nach eigenen Angaben jede sich bietende Fortbildungsmöglichkeit in diesem Spektrum und gibt ihren Trainees auch noch gymnastische Hausaufgaben auf. Neben zahlreichen Senioren

mit Schlaganfall-Historie, besucht auch ein zehnjähriges Mädchen mit Gehirnblutung ihre Kurse und Übungsstunden in der Jugend-Behindertengruppe. „Es gibt keine Pauschal-Modelle, jeder Fall ist anders gelagert“, sagt sie. Entscheidend wichtig aber sei „das Vertrauen und eine Art Symbiose zwischen dem Betroffenen und ihrem Trainer.“



Elizabeth Höh im Kreise ihrer „Handicap Stars“ im GC Aschheim

Vertrauen ist offenbar auch die Messlatte, wenn es gilt, die Schwellenängste von Schlaganfall-Patienten und potentiell stark gefährdeten Menschen abzubauen. „Ein derartiger Vorfall kann uns allen passieren“, betont Elizabeth Höh, „verbergen macht keinen Sinn, wir sollten offen damit umgehen, die motivationsfördernde Bildung von Gruppen anregen und unser Engagement in dieser Sache viel offensiver herausarbeiten.“

Solche Plädoyers kann ihr Chef Jochen Hornig, Geschäftsführer des Golfparks München Aschheim, voll und ganz unterschreiben: „Golf & Gesundheit – das ist für uns ein ganz wichtiges Zukunftsthema.“ Tatsächlich ist ein Schlaganfall der häufigste Grund für Behinderungen bei Erwachsenen und trifft jährlich circa 270.000 Menschen in Deutschland. Hornig sieht hier eine große und erst in Ansätzen genutzte Chance, um via Golf die Vorbeugung zu forcieren, die körperliche und mentale Reha der Patienten zu unterstützen und so das Golf-Image insgesamt zu polieren. „Zu glauben, dass wir mit Scheck-Übergaben bei Charity-Events genug für ein gutes Gewissen getan hätten, ist der falsche Ansatz. Wir wollen Golf in eine Gesellschaft transportieren, die viele Facetten hat“, sagt der Aschheimer Clubmanager. Die Arbeit mit behinderten Menschen gehöre seiner Meinung nach unbedingt dazu und werde sowohl von den Mitgliedern, als auch von den Kommunen und einer breiten Öffentlichkeit wohlwollend registriert.

Das tun auch die Krankenkassen, doch beim Thema „Geld und Kosten“ werden die Antworten aus dieser Quelle schnell knapper und frostiger: „Erst wenn die Golftherapie in den Katalog der nachweislich medizinisch wirksamen Heilbehandlungen aufgenommen wird, stellt sich die Frage einer Kostenerstattung für uns neu“, sagt Dirk Lullis vom Verband der Privaten Krankenkassen in Berlin.

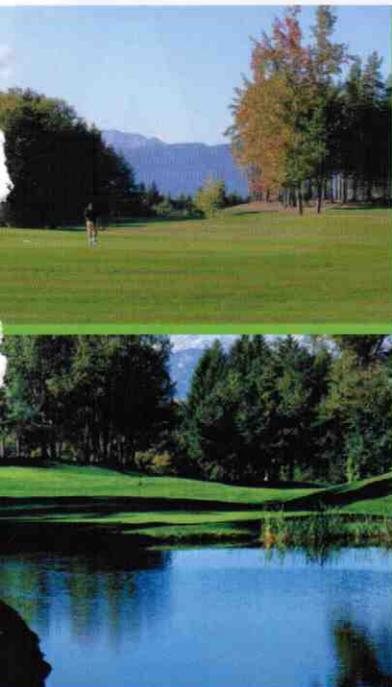
Aufmerksam beobachten deshalb nicht nur die Kassen, sondern auch Ärzteblätter und die renommierte Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe das Geschehen auf den Golfplätzen und deren Peripherie. Sehr auffällig zum Beispiel ist die Plattform sportmed-prof.com, die sich in der Nähe vom Amberg der Wissensvermittlung in Sachen Golfsport und Medizin verschrieben hat und von immer mehr Pros und Therapeuten zur Fortbildung und Zertifizierung genutzt wird.



Professorin Petra Jansen von der Uni Regensburg

Für starke Beachtung hat auch der erste Teil einer Studie der Universität Regensburg gesorgt. „Wir haben unter anderem festgestellt, dass sich bei Schlaganfall-Patienten die räumliche Intelligenz im kognitiven Bereich durch das Spiel mit Schläger und Ball signifikant verbessert“, fasst Professorin Petra Jansen, Leiterin der Sportwissenschaftlichen Fakultät an der Uni Regensburg, zusammen. Im kommenden Spätsommer, und damit leider nicht mehr rechtzeitig zum nationalen „Tag gegen Schlaganfall“ am 10. Mai, soll der sehnlichst erwartete zweite Teil der Studie vorliegen. Grund für die Verzögerung: Der zuständige Doktorand hatte für eine wissenschaftliche Arbeit zu geringe Fallzahlen untersucht und musste nacharbeiten.

Während noch viel zu tun sein wird, um die vom Schlaganfall betroffenen Nicht-Golfer im eigenen Interesse für diesen Sport zu gewinnen, sind andererseits langjährige Spieler oft die besten Multiplikatoren und Botschafter. Aus der Fachklinik Bad Heilbrunn ist ein Fall bekannt, in dem ein golfender REHA-Patient beim Sprechtraining einfach mal eine Geschichte erzählen sollte. Die handelte natürlich – wenn auch noch lallend und Worte verschluckend – vom Golf, dem Sport, den Regeln und der Etikette. Der Sprachtherapeut war derart fasziniert, dass er noch in der Behandlungsstunde spontan ankündigte, den nächsten Schnupperkurs auf einem der beiden Golfplätze in Bad Tölz zu buchen.



Golfen in den Dolomiten!

Das Genießerhotel Sonnalp in Obereggen ist ein Refugium für Gourmets und Erholungssuchende. Direkt unter einem der bekanntesten Berge der Dolomiten, dem Latemar gelegen, ist es ein idealer Ausgangspunkt für Wanderer und nur 20 Autominuten von 2 der schönsten Golfplätze Südtirols entfernt.

Sie Golfen in Petersberg (18-Loch) und am Karerpass (9-Loch), genießen das herrliche Dolomitenpanorama und anschließend verwöhnen wir Sie in unserem Genießerhotel mit 5-6 gängigen Wahlmenüs und einem herrlichen Tropfen aus unserem reich bestückten Weinkeller.

Sonnalp Golfwochen

Tage Gourmet-Halbpension mit 5-6 Gang-Wahlmenü +++ Begrüßungsdrink & Galadinner +++ Golf Card für 7 Tage Green Fee gültig auf allen Golfplätzen Südtirols +++ Kräuterwanderungen mit unserer Kräuterfee Sigrid +++ geführte Bergwanderungen +++ Mountainbikes, Wanderstöcke und Rucksäcke zum Ausleihen... +++ Garage

Sommer 2013	DZ Sonnalp (30m ²)	DZ De Luxe (34m ²)	Suite(50m ²) & FZ (23m ²)	Superior Suite (60m ²)
07.06. – 12.07. 06.09. – 05.10.	€ 904	€ 995	€ 1.072	€ 1.254
12.07. – 09.08. 23.08. – 06.09.	€ 967	€ 1.058	€ 1.135	€ 1.317
09.08. – 23.08.	€ 1.037	€ 1.128	€ 1.205	€ 1.387



Hotel Sonnalp
Obereggen 38
39050 Deutschnofen (Bozen)
Telefon +39 0471 615842
info@sonnalp.com
www.sonnalp.com