

## **Kippen macht glücklich**

### **Rollifahren will gelernt sein**

#### **Rollstuhl- und Mobilitätstrainingskurse für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und E-Stuhl-Fahrer**

Sven grinst von einem Ohr zum anderen. Er ist riesig stolz auf seine gerade vollbrachte Welturaufführung: Er hat es nämlich eben zum ersten Mal geschafft, alleine mit dem Rolli auf eine Turnmatte zu fahren. Und das ist schließlich eine ziemlich wichtige Leistung für einen Elfjährigen, denn wer eine Matte hochfahren kann, der schafft das auch bald „in freier Wildbahn“ an kleinen Kanten und Bordsteinen. Und diese kleinen Hindernisse lauern schließlich überall im Alltag und wollen von Kindern, die ihre Umgebung erkunden möchten, erst mal überwunden werden.

Um das zu können, braucht es allerdings zwei nicht unwesentliche Voraussetzungen: Erstens muss der Rolli, mit dem man sich an die Herausforderungen des alltäglichen Leben wagt, gut passen und so eingestellt sein, dass man ihn leicht drehen und ankippen kann. Zweitens muss einem wenigstens einmal gezeigt werden, wie man mit so einem Rolli eigentlich umzugehen hat, denn da gibt es doch viel mehr zu lernen und zu entdecken, als einfach nur geradeaus zu fahren.

Eigentlich sind das Dinge, die von Sanitätshäusern übernommen werden müssten, doch die Praxis sieht oft anders aus: Der Stuhl ist u.U. nicht ganz genau ausgemessen, so eingestellt, dass man die Vorderräder nur mit größter Kraftanstrengung anheben kann und die Vorstellung, dass man mal eben schnell bei der Auslieferung des Rollis die Fahrtechniken erklären kann, ist sowieso utopisch.

Reichlich Gelegenheit für diese und andere Dinge bieten jedoch die Rollstuhl- und Mobilitätstrainingskurse der Arbeitsgemeinschaft Spina bifida und Hydrocephalus (ASbH) und des Deutschen Rollstuhl-Sportverbandes (DRS). Während dieser einwöchigen Kurse, die in ausgesuchten Häusern mit angegliederten Sportstätten stattfinden und zum Teil von der Krankenkasse bezahlt werden, ist viel Zeit, um einiges über die Grundlagen der Rollstuhlversorgung und die Unterschiede zwischen den verschiedenen Rollstuhlmodellen zu erfahren. Durch das in das vielfältige Sport- und Spielprogramm eingebettete Fahrtraining mit erfahrenen Übungsleitern lernen die Teilnehmer, ihren Rollstuhl auch in schwierigen Situationen sicher zu beherrschen.

Das ist auch schon das Geheimnis des Erfolges von Sven: Den eigenen Rolli hat er in die Ecke gestellt, einen anderen ausprobiert, sich von Denny, einem der Übungsleiter und selbst Rollstuhlfahrer, die nötigen Tipps geholt – und schon war er drauf auf der Matte. Grinsend, versteht sich.

Das ein oder andere Grinsen können sich die Kinder und Jugendlichen vor allem dann kaum verkneifen, wenn sie ihre Eltern bei den ersten Fahrversuchen im Rollstuhl beobachten. Denn diese haben beim täglichen Eltern-Rollstuhlsport die Gelegenheit, sich bei Spielen und Fahrtraining selbst als Rollifahrer zu versuchen. In der Regel mit der Erkenntnis, dass es riesigen Spaß macht, den Rolli als Sportgerät zu nutzen, aber auch mit der Erfahrung, welches Modell sich besser fahren lässt als andere. Und auch hier war der eine oder andere – zu Recht – richtig stolz, wenn die Matte erklommen war. Und für die ganz Ehrgeizigen lassen sich Matten ja auch ganz leicht stapeln ...

Ergänzt wird das vielfältige Rollstuhlsportangebot durch Tipps und Tricks zur Bewältigung des Alltags, sei es das rückenschonende Treppensteigen mit einem Rollifahrer, die richtige und deshalb ungefährliche Benutzung einer Rolltreppe oder das selbständige Einsteigen in den Rolli.

Einen wichtigen Platz auf einem Mobikurs nimmt aber auch das Schwimmen ein, bei dem körperbehinderte Menschen Freude und Selbstbewusstsein aus der Tatsache ziehen, sich nach einiger Übung meist völlig selbständig und ohne Hilfsmittel bewegen zu können. Und dann gibt's da ja noch die Wasserrutsche – Sven hat lange überlegt, ob er sich drauf wagen soll. Als er sich dann doch getraut hat, hätte er vor lauter Grinsen und Lachen fast ein bisschen Wasser geschluckt.

Weniger lustig fand Sven übrigens am Ende der Woche den Abschied von den 15 anderen Kindern und seinem – leider nur geliehenen – neuen Lieblingsrollstuhl. Hoffentlich hat er sich inzwischen mit seinem eigenen wieder ein bisschen angefreundet, denn vorübergehend war das Verhältnis ziemlich abgekühlt. Als Sven vom erfolgreichen Bordsteinkanten-Erklimmen auf dem Parkplatz zurückkam und seinen Rolli sah, hatte er nämlich nur eine knappe Feststellung zu machen, die er dem Rollstuhl triumphierend mitteilte: „Ätsch. Ich kann kippeln und du nicht!“.

Jens Naumann

