

Sanftes Rodeo lockert Muskeln

MULTIPLE SKLEROSE Ein Reitsimulator hilft Patienten, ihre Bewegungsfreiheit nicht zu verlieren.

Ulrike Scholz (48) ist seit 23 Jahren an Multipler Sklerose erkrankt – mittlerweile sitzt sie im Rollstuhl, hat eine Spastik im Bein und kann ihren Oberkörper nur noch eingeschränkt bewegen. Eine Reittherapie mit echten Pferden würde ihr helfen, in der Hüfte elastisch zu bleiben. Dadurch könnte sie den Frühstückstisch abräumen – sich ein Stück Selbstständigkeit bewahren. Doch die Therapie ist aufwändig. Der neue Reitsimulator bei der wöchentlichen Sportgruppe der Multiple Sklerose Gesellschaft, Ortsvereinigung Solingen, (MSG) kommt für Scholz daher wie gerufen.

Der Reitsimulator ist ständig besetzt, Erkrankte genießen die Bewegungen
„Die Firma Panasonic hat uns den teuren Simulator namens Joba kostenlos zur Verfügung gestellt“, erklärt DMSG-Mitglied Martina Oster. Das Gerät steht inmitten der Sporthalle der Grundschule Am Rosenkamp in Wald, wo das Training stattfindet. Selbst finanzieren könnte die DMSG den Simulator nicht. „Wir leben von Spenden“, erklärt Oster. Solche Geräte fänden sich



Die DMSG-Solingen hilft MS-Kranken. Patientin Susanne Wagner profitiert vom neuen Reitsimulator. Sportlehrer Andreas Lukosch (l.) unterstützt sie dabei, DMSG-Mitglied Martina Oster und Vorsitzender Wolfgang Schmidt schauen zu. Foto: Beier

sonst nur in Rehabilitationseinrichtungen. Joba sieht aus wie ein elektronisch ausgerüsteter Sattel, der sich kreisförmig bewegt – je nach Stufe schnell und ruckelig wie im Galopp oder ganz sanft. Sinn der Übung: Die Bewegungen bringen den Körper aus dem Gleichgewicht. Um die Balance zu halten, muss der Reiter ständig die Muskeln von Bauch, Rücken und Oberschenkel an- und entspannen: Das kräftigt, dehnt und lockert. „Wir können den Fortgang der Erkrankung so zumindest verlangsamen“, sagt

Vereinsvorsitzender Wolfgang Schmidt. Sportlehrer Andreas Lukosch und ein ehrenamtlicher Helfer hieven Scholz aus dem Rollstuhl auf den Simulator. Ihre Füße werden in die Steigbügel gesetzt. Und der Helfer führt die 48-Jährige, während der Simulator langsam kreist. Sie lehnt sich nach hinten, genießt die Stärkung. Scholz absolviert ein Spezialprogramm für Taille und Hüfte. Zehn bis fünfzehn Minuten trainieren die MS-Kranken während ihrer Sportgruppe, die

dienstags von 16 bis 17.30 Uhr stattfindet. „Der Simulator ist ständig besetzt“, sagt Oster stolz. Im Hintergrund sitzen die Trainingsmitglieder im Stuhlkreis und werfen sich Bälle zu – auch Nordic Walking in der Halle gehört zum Programm. Spaß und Arbeit werden verknüpft. „Es gilt, verloren gegangene Fertigkeiten mit einem individuell auf die Person zugeschnittenen Training zu regenerieren“, erklärt Oster. Der Simulator erfüllt diese Aufgabe spielerisch. Weitere Informationen unter ☎ 24 73 68 8 *fma*