Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 44 (1987)

Heft: 11

Artikel: Wintersport für Rollstuhlfahrer

Autor: Deville, André

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-992781

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 27.11.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Wintersport für Rollstuhlfahrer

André Deville

Riesenslalom.

Langlauf-Schlitten.

Mehr und mehr begegnet man im Winter Sportlerinnen und Sportlern, die vom Rollstuhl in spezielle Sportgeräte für Loipe oder Piste umsteigen. Da diese Sportbewegung erst wenige Jahre alt ist und sich erst jetzt national und international so richtig entwickelt, kann man sich fragen, warum die Rollstuhlfahrer den Wintersport erst so spät entdeckt haben. André Deville, Pressechef Ressort Rollstuhl-Sport der Schweizerischen Paraplegiker-Vereinigung, schildert Entwicklung und Möglichkeiten.

Warum Rollstuhlfahrer Wintersport treiben wollen

Viele Paraplegiker waren vor ihrem Unfall Skifahrer und Langläufer, einige sind sogar beim Skisport verunfallt. Die Reaktion auf das Unfallereignis und vor allem auf die vollständig neue Lebenssituation ist individuell sehr verschieden. Die Probleme sind in den ersten Wochen und Monaten im wahrsten Sinne überwältigend. Der Sport rückt verständlicherweise erst einmal weit in den Hintergrund.

Aber irgendwann stellt sich wohl jeder die Frage, ob er wieder Sport treiben wolle. Viele finden den Weg zurück zum Sport nicht mehr, und für viele bekommt der Sport sehr viel Sinn und wird zu einem neuen Lebensinhalt. Der Wintersport vermag hier eine ganz besondere Rolle zu spielen, erstens, weil Skifahren und Langlauf echte Volkssportarten sind und zweitens, weil der Rollstuhl als Sportgerät ausgeschaltet ist. Dies zwei Faktoren, die für die Integration der Rollstuhlfahrer von grosser Bedeutung sind.

Wer Langlauf oder Skifahren betreiben will, kann dies auch ausserhalb der Rollstuhlsportszene tun. Von einigen Einschränkungen abgesehen, wird ein Rollstuhlfahrer zum ganz «normalen» Wintersportler, wenn er sich in speziellen Kursen dafür die nötigen Kenntnisse und Fertigkeiten angeeignet hat. Dank Langlaufschlitten und Monoski stehen endlich auch Rollstuhlfahrern die Freuden des Wintersportes offen. Sie können mit ihrem Kameraden vom Skiklub, mit Freunden, Bekannten und Verwandten den Winter wieder erleben, Sonne und Schnee geniessen. Oder denken wir zum Beispiel an einen Familienvater im Rollstuhl, der jetzt mit seiner Familie normale Winterferien verbringen kann und dem es sogar vergönnt ist, die Fortschritte und die Begeisterung seiner Kinder auf der Skipiste direkt mitzuerleben. Aus diesen Gründen kommt es auch oft vor, dass Rollstuhlfahrer zum Wintersport finden, die vorher keinen Wintersport oder überhaupt keinen Sport getrieben haben.

Fachsimpeln am Abend.

Warum hat sich der Wintersport für Rollstuhlfahrer so spät entwickelt?

Die Geschichte des Skisportes in der Schweiz lehrt uns, dass mancher Winter ohne Wintersportler ins Land ging, bevor 1893 in Glarus der erste Skiklub gegründet wurde. Mit diesem historischen Abstecher möchte ich beim Leser dafür Verständnis wecken, dass die Rollstuhlfahrer auch kein besonderes Interesse am Wintersport hatten, solange ihnen entsprechende Geräte und Techniken unbekannt waren. Zudem ist die Rollstuhlsportbewegung erst in den fünfziger Jahren dieses Jahrhunderts geboren worden, und sie hat sich auch erst in den letzten zehn Jahren entscheidend entwickelt.

Slalom.

Wintersport war deshalb verständlicherweise für die meisten Rollstuhlfahrer jahrelang überhaupt kein Thema. Die Entwicklung nahm einen für den Rollstuhlsport typischen Verlauf: Sie wurde durch verschiedene Faktoren behindert:

- Es fehlte am Glauben und am Vertrauen in die physische Leistungsfähigkeit der Paraplegiker ganz allgemein, bei den Betroffenen selbst und auch in ihrem direkten Umfeld, zum Beispiel bei den Ärzten, Therapeuten, Trainern.
- Es fehlte eine Organisation, die vereinzelte Ansätze hätte koordinieren und entscheidend vorantreiben können.
- Es fehlte an finanziellen Mitteln, um die Entwicklung und Konstruktion der Geräte professionell an die Hand nehmen zu können, weil logischerweise der hiezu nötige Absatzmarkt nicht vorhanden war.
- Es fehlte an jeglicher Grundlagenforschung.

Wintersport für Rollstuhlfahrer

Hauptmerkmal ist die Sitzposition der Sportler. Die aufgeführten Sportarten sind für alle Personen geeignet, deren Bewegungsfunktionen im Rumpf und/oder Beinen ausfallen oder beeinträchtigt sind, zum Beispiel durch Paraplegie, Poliomyelitis, Spina bifida, Multiple Sklerose, Amputation, usw.

Alpin	***Kurzbeschrieb***	***Nationen mit Praxis***	***Geräte, in der Schweiz***
Monoski	Sitzschale über einem Ski (Monoski) montiert; 2 Hilfski an kurzer Armkrücke Normale Skitechnik auf 1 Ski	Australien, BRD, Canada, Frankreich, Grossbritannien, Japan, Österreich, Schweden, Schweiz, USA	GFL-Monoskibob (BRD) Praschberger (A) Schneebeli (CH)
Nordisch			
Langlaufschlitten	Sitzschale über 2 Langlaufski montiert 2 verkürzte Langlaufstöcke Hauptsächlich Doppelstocktechnik	BRD, Finnland, Grossbritannien, Norwegen, Österreich, Schweden	Gilomen (CH)
Eisschnellfahren	Sitz über 2 Schlittschuhkufen montiert 2 verkürzte LL-Stöcke, ohne Stockteller, aber mit Spezialspikes Tempo hoch, 400-m-Bahn Subtile Kurventechnik	Finnland, Grossbritannien, Norwegen, Österreich, Schweden	
Eishockey	Massiver Stahlrohrschlitten 2 kurze Stöcke mit Metallkrone Puck darf nur mit Griffseite geschlagen werden Normales Spielfeld Spielzeit: 2mal 20 Min.	Canada, Grossbritannien, Norwegen, Schweden, USA	

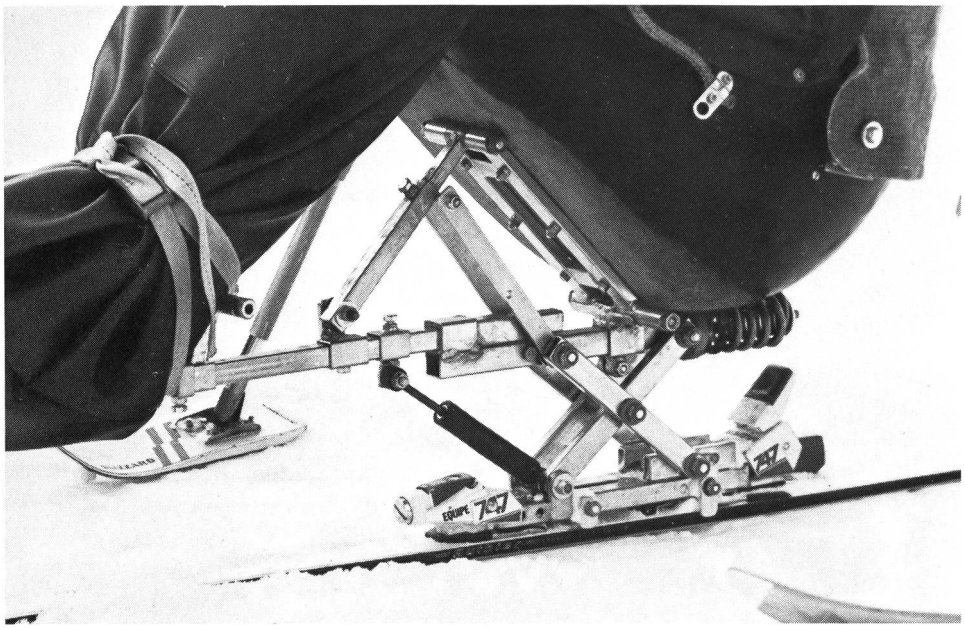
Man war völlig auf die unermüdlichen Bastler und unerschütterlichen Optimisten angewiesen, die von stiebenden Abfahrten im Pulverschnee nicht nur träumten, sondern stundenlang mit mehr oder weniger Erfolg Wintersportgeräte für sich und ihresgleichen entwarfen, konstruierten und prüften. Zum Glück gab es diese hartnäckigen Skifreaks in der BRD, in Frankreich, in Österreich, Japan, in den USA und in der Schweiz.

Begegnung unterwegs.

Viele Versuche in der falschen Richtung

Bei einer Paraplegie ist die Höhe der Läsion des Rückenmarkes von grosser Bedeutung. Einfach ausgedrückt: Je höher die Läsion, desto höher die Lähmung. Wenn die Rumpfmuskulatur ganz oder teilweise gelähmt ist, fällt nebst der Bewegungs- auch die Stützfunktion dieser Muskeln aus. Bei jeder Störung verliert der betreffende Paraplegiker das Gleichgewicht, auch im Sitzen. Zudem fehlt ihm die Sensibilität im gelähmten Teil seines Körpers. Er spürt nicht nur zum Beispiel seine Beine nicht, sondern spürt auch deren Lage nicht, keinen Druck, keine Verletzung, weder Wärme noch Kälte. Es ist deshalb verständlich, dass für die meisten Gerätebauer der sicheren Sitzstabilität die erste Priorität galt. Sie entwickelten Geräte, mit denen es praktisch unmöglich war, zu stürzen. Diese Modelle beruhten in der Regel auf dem Doppelski-Prinzip. Die Skis konnten von einem sicheren Sitz aus dank ausgeklügelter Mechanik bewegt werden. Kanten, Rutschen, Pflügen usw. war möglich. Um das Kippen des Gerätes zu vermeiden, mussten die Ski eine breite Auflage bilden. Diese sehr breite Skiführung bedingte selbst auf schwach geneigtem Hang sehr grosse Kurvenradien. Wurde der Hang nur etwas steiler, wurde das Tempo zu hoch und die Sturzgefahr wuchs. Zudem waren all die Konstruktionen recht kompliziert, sperrig und schwer. Viel Zeit, viel Arbeit und viel Geld wurde in dieses falsche Konstruktionsprinzip investiert. In Frankreich und in Österreich gingen solche Geräte sogar in die Serienproduktion.

In den USA wurde das Problem der Sitzstabilität oder vielmehr der Sturzprophylaxe ganz anders gelöst, aber auch diese Lösung führte in eine Sackgasse. Peter Axelson hatte den Boden einer Kunststoffschale so geformt, dass er unter dem Schwerpunkt zwei Stahlkufen montieren konnte. Weil der «Skifahrer» praktisch auf Schneehöhe sass, war das



Konstruktionsdetail eines Monoski.

Sturzproblem gelöst. Die Kufen hielten den «Schlitten» in der Spur, und zum Steuern griffen die Fahrer in den Schnee, entweder mit blosser (behandschuhter) Hand oder mit einem kurzen Handgerät aus Metall. Dieses Gerät funktionierte ganz gut, aber leider nur bei idealen Schneeverhältnisssen und im einfachen Gelände.

Dank der Initiative von Silvio Giobellina und dem Verkehrsverein Leysin hatten wir im Winter 83/84 Gelegenheit, diese Geräte ausgiebig zu testen. Wir mussten einsehen, dass sie sich in unserem alpinen Gelände und vor allem auf den bei uns meist harten oder gar vereisten Pisten nicht eignen. Aber die Erlebnisse – wie zum Beispiel das Picknick in Sonne und Schnee auf 2000 m ü.M. – waren unvergesslich. Sie motivierten uns, die Entwicklung des alpinen Skisportes gezielt an die Hand zu nehmen.

Mit dem Monoski aus der Sackgasse

1980 wurde in Japan die «Chair-Ski-Association» gegründet. Weil dieser Verband keiner internationalen Organisation angehört, gab es auch keine Kontakte. Erst im Winter 1984 kam eine Delegation in die Schweiz und führte Monoski vor. Im selben Jahr kam auch eine deutsche Entwicklung auf den Markt, die auf dem gleichen Prinzip beruhte, der sogenannte Monoski-Bob. Diesen japanischen und deutschen Pionieren gelang das, was jahrelang für unmöglich galt: Sie fuhren sicher und beherrscht, in einem Sitz über einem Ski fixiert und benützten beidhändig kurze Skis an kurzen Krücken als Steuer- und Balancehilfe. Diese Konstruktion wurde seit einigen Jahren bereits von Doppel-Oberschenkel-Amputierten benützt. Das Gerät existierte also bereits, und trotzdem wurde es von den gelähmten Sportlern nicht benützt. Diese Tatsache unterstreicht, wie tief die Skepsis in die eigenen Möglichkeiten verwurzelt war.

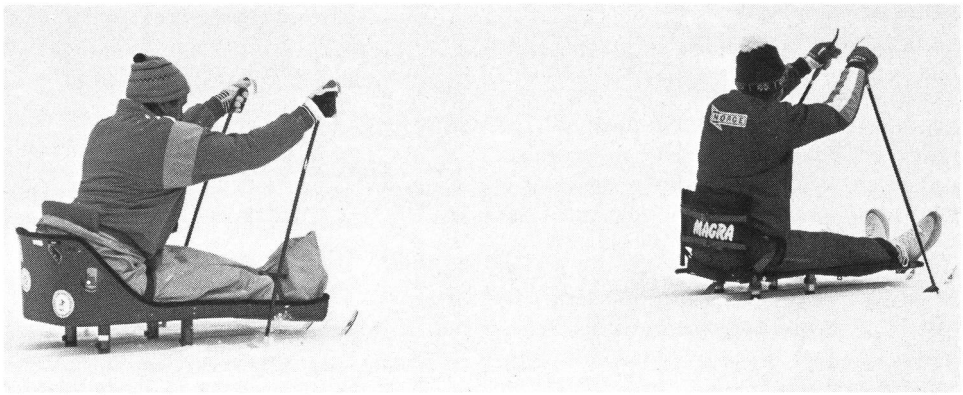
In diesem Zusammenhang muss auch erwähnt werden, dass der Rollstuhlsport ganz allgemein seit 1980 eine gewaltige Entwicklung durchgemacht hat. Vor wenigen Jahren hätte auch noch niemand einem Rollstuhlfahrer einen Marathon über 42,195 km zugetraut. Es brauchte gewissermassen den Glauben der Rollstuhlfahrer, dass auch ihre Möglichkeiten nicht dermassen eng begrenzt sind, wie dies von vielen angenommen wurde. Der entscheidende Durchbruch gelang dem Monoski-Prinzip im Januar 1985 in Engelberg am 1. Internationalen Workshop «Wintersport für Rollstuhlfahrer».

«Ein neuer Winter für Rollstuhlfahrer»

Unter diesem Motto führte die Schweizerische Paraplegiker-Vereinigung (SPV) im Januar 1985 in Engelberg den 1. Internationalen Workshop durch. 85 Rollstuhlfahrer nahmen daran teil. Von den 14 anwesenden Nationen demonstrierten die Hälfte alpine Sportgeräte. Alle bereits beschriebenen Systeme waren vertreten. Die Vorführungen der Monoskifahrer aus der BRD, aus Japan und aus Österreich waren sehr eindrücklich. Sie zeigten gekonntes, sicheres und elegantes alpines Skifahren in einer Perfektion, die vorher kaum jemand für möglich gehalten hat. Damit gelang den Monoski der Durchbruch eindeutig und endgültig. Dies beweisen folgende Tatsachen: 6 (!) Wochen nach Engelberg fanden in Colorado die US-Meisterschaften statt. Von den fünf Amys, die am Workshop teilnahmen, starteten vier auf Monoski. Und von den 26 Alpinfahrern, die im Januar 1987 beim 2. Workshop mitmachten, fuhren 25 (!) Monoski.

Das Hauptinteresse am 1. Workshop in Engelberg galt aber nicht nur dem alpinen Skisport für Rollstuhlfahrer. Das Pro-

Diagonaltechnik mit dem Skilanglaufschlitten.



Demonstration des Doppelstockstosses.

gramm umfasste auch Vorführungen, Sportpraxis und Erfahrungsaustausch in drei weiteren Wintersportarten, im Eisschnellfahren, im Eishockey und im Langlauf. Dieser Workshop weckte den Wintersport für Rollstuhlfahrer buchstäblich aus dem Winterschlaf und verlieh den verschiedenen wertvollen Ansätzen die nötigen Impulse zum Durchbruch. Es war das erste Mal in der Geschichte des Rollstuhlsportes, dass sich Sportler und Trainer aus der ganzen Welt zu einem derartigen Erfahrungsaustausch zusammengefunden hatten. Der Erfolg dieses Versuches war eindrücklich und zwar nicht nur für den alpinen Skilauf mit Monoski, sondern insbesondere auch für den Langlaufsport.

Technik der Richtungsänderung bzw. des Überholens mit dem Langlaufschlitten mittels beidseitigem Stockeinsatz, Hochentlastung und Hüftschwung.

Engelberg 1985 – Die Skandinavier entdecken den Langlaufsport für Rollstuhlfahrer

Im Gegensatz zu den Spezialschlitten, die in einigen skandinavischen Ländern für das Eishockeyspiel und für das Schnellfahren auf Eis seit einigen Jahren im Gebrauch waren, wurde der Spezialschlitten für den Langlauf in der Schweiz entwickelt. Mitte der siebziger Jahre montierte Peter Gilomen ein paar kurze Langlaufski unter eine Sitzschale aus Kunststoff, kürzte zwei Langlaufstöcke auf die richtige Länge und glitt so als erster Rollstuhlfahrer mit kräftigen Doppelstockstössen über die Loipe. Der Langlaufschlitten war kreiert – ein neuer Wintersport für Rollstuhlfahrer geboren.
Peter Gilomen baute Langlaufschlitten für seine Kameraden, optimierte die Konstruktion, immer darum bemüht, das Gerät so einfach, leicht und billig wie möglich herzustellen. Gleichzeitig leitete er Kurse im In- und Ausland und warb so mit Erfolg für diesen harten aber schönen Sport. Der grosse Vorteil ist die Selbständigkeit, die er dem Rollstuhlfahrer lässt. Das Material ist problemlos zu transportieren, und wo es einen Parkplatz neben der Loipe gibt, kann er allein und ohne fremde Hilfe vom Rollstuhl in den Schlitten transferieren und seinem Hobby frönen.

Das Angebot der Schweizerischen Paraplegiker-Vereinigung

Ski nordisch

Seit 1980 organisiert die SPV jeden Winter mehrtägige Kurse und Wochenendkurse für Langlaufschlittenfahrer. Die Wochenendkurse sind vor allem Einführungs- oder Schnupperkurse und finden jeweils in der Region eines Rollstuhlklubs statt, damit dessen Mitglieder ohne allzu lange Anreise mitmachen können. Inzwischen ist die Zahl der Rollstuhlfahrer, die mehr oder weniger regelmässig auf der Loipe sind, auf rund 120 angewachsen. Das ist eine erstaunlich grosse Zahl, die zeigt, wie beliebt der Langlaufsport bei den Rollstuhlfahrern ist. Etwa 10 Prozent betreiben diesen Sport auch wettkampfmässig. Es ist schwierig, die Sportler zu motivieren, weil die Wettkämpfe im Langlaufschlitten wirklich äusserst hart sind. Die Rennen gehen über die Distanzen 2,5 km und 5 km für die Damen und 5 km und 10 km für die Herren. Jedes Jahr findet eine Schweizer Meisterschaft statt, in der Regel gemeinsasm mit den blinden und amputierten Langläufern. Nebst dem Internationalen Kiwanis-Cup für Langlaufschlittenfahrer, welcher seit 1985 in Engelberg durchgeführt wird, bieten sich diverse Startmöglichkeiten an Volksläufen und Landesmeisterschaften in der BRD und in Österreich mit internationaler Beteiligung. Höhepunkt der kommenden Saison sind die Internationalen Winterspiele in Innsbruck vom 17. bis 24. Januar 1988.

Ski alpin

Die Monoski-Kurse fanden bisher in Torgon (VS) statt. Hier hat Raymond Schneebeli ein kleines Kurszentrum aufgebaut, wo genügend Sportgeräte, Unterkünfte und Helfer zur Verfügung stehen. Seit 1985 finden hier jährlich einige Wochenkurse statt. Bisher konnten ungefähr 40 Rollstuhlfahrer in diese Sportart eingeführt werden. Seit dem Winter 86/87 beteiligten sich einige besonders motivierte Sportler mit Erfolg an Wettkämpfen im In- und Ausland. Für die Alpinen stehen an den Internationalen Winterspielen 1988 in Innsbruck Slalom und Riesenslalom auf dem Programm.
Eine begeisterte Kursteilnehmerin und frischgebackene Monoskifahrerin teilt uns ihre Erlebnisse wie folgt mit: «... plötzlich packte mich das Interesse, und ich setzte mir mein nächstes Ziel: Ich will diese Sportart erlernen und beherrschen. Nun bin ich soweit. Ich habe geübt und in diesem Jahr fast alle meine Ferien meinem neuen Hobby gewidmet. Mühe, Geduld und Ausdauer haben sich gelohnt! Ich bin glücklich, dass ich durch diesen Sport die schönen Zeiten des Winters wieder entdeckt habe. Damit eröffnet sich mir auch eine neue Möglichkeit: Bei Klubausflügen mit Skikameraden, bei Plauschrennen, beim Skifahren mit Freunden und Verwandten bin ich wieder mitten drin und voll dabei. Also raus aus

Testserie als Teil von Entscheidungskriterien für die funktionelle Wettkampf-Klassifikation mit Hilfe eines speziellen Schaukelbretts.

Durchgehende Rollstuhlgängigkeit der Transportbahnen wie hier am Beispiel der Titlisbahn in Engelberg, ist eine Grundforderung und -voraussetzung des Wintersports für Rollstuhlfahrer.

der Stube, hinauf in sonnige Höhen! Das gibt nicht nur gesunde Hautfarbe, es wärmt auch das Gemüt!...»

Die nächsten Schritte

Die Vergangenheit hat gezeigt – und dies besonders im Wintersport –, dass schon vieles realisiert werden konnte, das lange als Utopie galt. Deshalb erlaube ich mir, eine Zukunft des Wintersports für Rollstuhlfahrer zu entwerfen, die heute utopisch klingen mag.
Skifahren soll für Rollstuhlfahrer eines Tages so selbstverständlich werden, wie für alle anderen Mitmenschen. Beim Renovieren der Bergbahnen, der Ski- und Sessellifte wird man die Bedürfnisse der Rollstuhlfahrer berücksichtigen. Die Hotellerie und das Gastgewerbe wird auch den Rollstuhlfahrer als potentiellen Kunden schätzen. Die Skischulen werden Monoskikurse anbieten und bald einmal werden nicht nur die Rollstuhlfahrer Monoski fahren, sondern eine ganze Reihe anderer Personen, die aus irgendeinem Grunde (zum Beispiel wegen Knie- oder Hüftbeschwerden) nicht mehr normal skifahren können.
In den Schulskilagern werden Kinder mitmachen können, die bisher zu Hause bleiben mussten. Zuerst werden Monoskifahrer an Klubrennen und Volksskirennen starten, später, in einer eigenen Kategorie, an den regionalen Rennen, dann an der SM des Schweizerischen Skiverbandes und dann im Rahmen der FIS-Rennen, der Weltmeisterschaften und der Olympischen Winterspiele. Kurz: Ein normaler Winter für Rollstuhlfahrer. Warum nicht Monoskifahren und Langlaufschlittenfahren im Wintersportangebot von J+S? ■

OBER-GOMS

WALLIS

...das Langlaufgebiet par excellence im Oberwallis. 45 Kilometer Loipe Oberwald-Niederwald.

TRAININGSLAGER, SPORTWEEKENDS usw.

im

FERIENLAGER AEGINA
in **ULRICHEN**

- Bis 80 Plätze in Schlafsälen und kleinern Zimmern (evtl. auch Chalets). Turnhalle.
- Günstige Halb- und Vollpensionsarrangements. Wochenpauschale.
- Direkt an der Langlaufloipe.

Auskunft: Emil GARBELY, Weingarten 35
3904 Naters

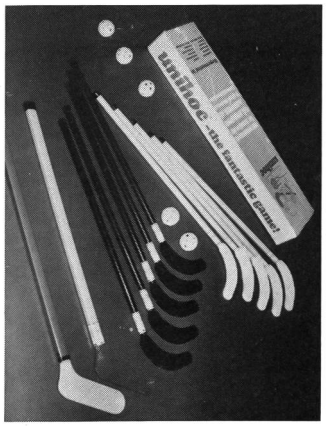
Unihockey, das Spiel für gross und klein

NEU: jetzt auch «MATCH SUPER» (90 cm lang) und «FIBER SUPER» (Schaufelhöhe 75 mm)

unihoc®

Einzelpreise	Fr.
Unihockey-Stock, schwarz/weiss	14.—
Unihockey-Torhüterstock	17.50
Unihockey-Ball (weiss oder rot)	2.—
Unihockey-Tor (120 × 180 cm) inkl. Netz	285.—
Unihockey-Netz	59.—
Unihockey-Kleber	2.—
Unihockey-Tasche	45.—

Für weitere UNIHOC-Produkte verlangen Sie bitte unseren Prospekt!



Ein UNIHOC-Set «Match» enthält:
10 Unihockey-Stöcke (5 schwarze, 5 weisse)
2 Unihockey-Torhüterstöcke
5 Unihockey-Bälle

Set-Preis Fr. 150.—

Generalvertretung und Verkauf für die Schweiz:

Freizeit, Sport und Touristik AG
6315 Oberägeri
Telefon 042 72 21 74