

# Ski alpin im Monoskibob

Autor(en): **Helbling-Mauchle, Thea**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Puls : Drucksache aus der Behindertenbewegung**

Band (Jahr): **35 (1993)**

Heft 2: **...und sie bewegen sich doch!**

PDF erstellt am: **21.05.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-158462>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## **Ski alpin im Monoskibob**

*von Thea Helbling-Mauchle*

In der Schweiz, wo das Skifahren fast zur Allgemeinbildung zählt und fast alle Berge und Hügel durch Skilifte, Gondel- und Kabinenbahnen erschlossen sind, ist es nicht verwunderlich, dass auch Behinderte angefangen haben, sich mit Skis auf die Piste zu begeben.

Die ersten Skigeräte für Sitzende waren unbrauchbar, denn der sichere Sitz auf zwei Brettern konnte im steilen Hang nicht mehr gesteuert werden. 1984 führte eine japanische Gruppe das sitzende Skifahren auf nur einem Ski (Monoski) vor und gab damit den entscheidenden Impuls zur Entwicklung des heutigen Monoskibobs. Es ist kaum möglich, Monoskibob zu sagen, ohne an Raymond Schneebeli zu denken, der sich seit jenen Pionierzeiten mit dem Bauen und Weiterentwickeln solcher Skibobs beschäftigt. Bis vor kurzem war er auch noch Kursleiter und brachte alljährlich mit grösster Geduld und äusserst pädagogischem Fingerspitzengefühl den AnfängerInnen das Skifahren bei. Es zu lernen, ist nämlich gar nicht einfach! Zuerst wird man/frau in einen gepolsterten Polyester-Sitz gesetzt und dann mit Reiss-

verschlüssen, Klettband und Gurten so eng wie möglich verpackt. Es ist sehr wichtig, dass kein Freiraum bleibt, der unnötige Bewegungen des Körpers erlaubt, etwa so, wie ein Fuss im Skischuh eingepasst sein muss.

Dem Einpacken muss viel Aufmerksamkeit geschenkt werden, denn schon eine leichte Verdrehung der Hüfte kann den Bewegungsablauf beim Skifahren enorm stören. Bei Para- und TetraplegikerInnen mit Sensibilitätsverlust ist dies besonders schwierig, da sie selbst nicht unbedingt wahrnehmen können, wie unvorteilhaft sie in der Sitzschale sitzen, das merken sie dann erst beim Fahren.

Sobald uns die HelferInnen dann loslassen, merken wir, wie unsicher wir auf diesem einen Ski stehen. Da helfen auch die «Patinettes» oder «Stabilos», d.h. die Krücken mit den befestigten Kurz-skis, nicht viel zum Bewahren des Gleichgewichtes. AnfängerInnen können schon auf die Seite kippen, wenn sie bloss angeschaut werden! Und wer einmal am Boden liegt, fühlt sich wie ein Käfer auf dem Rücken. Ohne Hilfe ist das Aufstehen fast nicht möglich, besonders im flachen Gelände. Fortge-

schrittenere und tiefer gelähmte SkifahrerInnen können sich aber meist selber wieder aufrichten, allerdings stürzen sie nur noch selten.

Je nach Behinderung, Beweglichkeit, Sportlichkeit und Auffassungsgabe gestaltet sich die Lernphase. Es gibt Leute, die eine sportliche Tätigkeit einmal sehen müssen, um sie nachher fast perfekt nachzumachen. Ich gehöre eher zur anderen Seite: Ich weiss theoretisch zwar sehr schnell Bescheid, kann meine Kenntnisse aber erst nach mehreren Wiederholungen und ständigem Üben in die Praxis umsetzen. Die ersten Tage können daher sehr frustrierend wirken und manche Skilustigen wieder zum Aufhören bringen. Allein das Skiliftfahren kann zum Horror ausarten, wenn das Trasseee z.B. so holperig ist, dass der/die Skibobfahrer/in wegen Gleichgewichtsstörungen am Ausklink-Seil zieht und dann dem Abhang hoffnungslos ausgeliefert ist. Oder wenn sich oben die Klinkvorrichtung nicht öffnet und man/frau sich gefährlich nahe an die Absperrungspfähle transportieren lassen muss, bevor der Lift endlich stoppt usw.

Es ist daher notwendig, dass für die ersten Versuche immer genügend Betreuungspersonal anwesend ist, das z.B. am Skiliftende beim Halteknopf steht und jederzeit eingreifen

kann, wenn etwas schief läuft. In den Kursen, die von der *Schweizerischen Paraplegikervereinigung* angeboten werden, steht immer ein mehrköpfiges Team von SkilehrerInnen, PhysiotherapeutInnen und HelferInnen bereit. Zum Teil haben sie schon mehrjährige Erfahrung mit Monoskibob. Viel Motivation bringen auch die fortgeschrittenen TeilnehmerInnen, die während der Kurse auf Besuch kommen oder sogar AnfängerInnen begleiten, um ihre eigenen Erfahrungen und Tips weiterzugeben. Sie wissen oftmals besser, wo die Probleme liegen, denn nicht alle KursleiterInnen sind selber schon mal in einem Skibob gesessen!

Nach vier Wochenkursen und vielen Übungsstunden bin ich nun so weit, dass ich mich bei guten Schneeverhältnissen fast alle Pisten hinunter wage.

Das Monoskibobfahren hat sich bereits zu einer neuen Leidenschaft entwickelt, d.h. ich fühle beim Anblick von Schnee und WintersportlerInnen einen starken Drang, mich ins Skigebiet zu begeben, um ein paar Stunden auf der Piste zu verbringen. Das Schönste ist an diesem Gedanken, dass er realisierbar ist, dass ich also nicht vergangenen Zeiten nachtrauern muss.



Das alpine Skifahren bringt mir auch ein Gefühl, das ich als Rollstuhlfahrerin nur selten erlebe: die Bewegungsfreiheit in einem natürlichen Gelände. Der Rollstuhl ist auf eine ebene, meist betonierte Fahrbahn angewiesen. Mit dem Skibob jedoch habe ich die ganze Breite der Piste, die ich je nach Lust und Laune befahren kann. Ich kann auf einen Berg hinauf, ohne dann nur auf der Restaurant-Terrasse die Aussicht zu geniessen. Ausserdem erlaubt mir das Skifahren das Mitgehen mit Nichtbehinderten, die sich, auch wenn sie mir ab und zu behilflich sein müssen, beim Wintersport vergnügen. Gute MonoskibobfahrerInnen haben keine Mühe, sich dem

Tempo von FussfahrerInnen anzupassen, sie rasen ebenso schnell auf der Geraden und meistern sogar Buckelpisten.

Für ambitionierte SkifanatikerInnen gibt es Wettkämpfe, bei denen man/frau sich für internationale Rennen qualifizieren kann. Das schweizerische Nationalkader hat bei den letzten Paralympics in Albertville (Frankreich) mehrere Siege errungen. Trotzdem ist der Bekanntheitsgrad des Monoskibobs noch gering, so dass Touristen, die mich beim Skifahren beobachten, erstaunt fragen, was denn das für eine neue, merkwürdige Sportart sei! ■