

GESUND – SEIN, BLEIBEN UND WERDEN

Rollreitschule im brandenburgischen Radensleben bietet Gesundheits-, Präventions- und Rehabilitationssport der besonderen Art – ein patentierter Sitzgurt® macht es möglich

Reiten für Rollstuhlfahrer? Kein Problem, sagt Gundula Lüdtkke. Die 58-Jährige leitet in Radensleben nördlich von Berlin den Landesstützpunkt Dressurreiten für Menschen mit Handicap in Berlin-Brandenburg. Sie ist seit 2009 Landestrainerin für Reiten mit Handicap und kann national und international in diesem jungen Sport auf große Erfolge verweisen. Grundlage für die gute Qualität in dieser jüngsten Fachrichtung des Reitsports in unserer Region ist u.a. der durch Gundula Lüdtkke entwickelte und vom Brandenburgischen Präventions- und Rehabilitationssportverein e.V. (BPRSV) patentierte Sitzgurt®.

Herausgekommen ist eine völlig neue und innovative Bewegungstherapie auf dem trabenden Pferd (BTP). Alte japanische Meister gehen davon aus, dass das Energiezentrum von Körper und Geist kurz unter dem Bauchnabel sitzt. Diese Muskeln gut trainiert, ermöglichen eine starke Seelenverfassung und unerwartete körperliche Kräfte. Mit der Bewegungstherapie auf dem Pferd (BTP) erhält man Beweglichkeit und Gesundheit oder baut beides wieder auf. Die Übungsfolgen sind einfach und gut wiederholbar. Rumpf und Geist erreichen ihr Gleichgewicht, bauen Stärke auf und bringen den Körper in die Balance. Zurückgreifend auf die japanische These des Hara und den rhythmischen Trab nutzend, wurde diese außergewöhnliche und einzigartige Variante des Gesundheitssports auf dem Pferd entwickelt. Diese Form der sportlichen Betätigung ist ausgesprochen gelenkschonend, da sie im Sitzen ausgeführt wird. Leistungssportler mit diversen Verletzungen aus fast allen Sportarten nutzen die BTP zur Muskel- und Konditionsverbesserung und zum Konditions-



Spaß an der Therapie steht bei Kindern im Vordergrund.

Foto: Lutz Winkler

aufbau. Eine Sportlerin, die regelmäßig nach Radensleben kommt, ist Martina Willing. Martina ist mehrfache Paralympics Medaillengewinnerin, Weltmeisterin, Europameisterin und Deutsche Meisterin in den Sportarten Kugel, Speer und Diskus. Derzeit bereitet sie sich begleitend zum Stützpunkttraining auch mit der Bewegungstherapie auf dem Pferd auf Rio de Janeiro vor. Als querschnittsgelähmte und blinde Sportlerin schätzt sie den Trab des Pferdes: „Joggen auf dem Pferd als neues und einzigartiges Lebensgefühl.“

Ein Grundgedanke der Entwicklung dieses Spezialgurtes® war die größtmögliche Sicherheit auf dem Pferd für auch schwerste Han-

dicaps. Somit ist dieser recht dynamische Sport auch für komplett Querschnittsgelähmte, Schlaganfallpatienten oder Amputationen bestens geeignet. Kinder mit ADHS oder Adipositas lieben diese sportliche Betätigung.

Den Mehrwert für ihre mehrfach schwerstbehinderten Kinder schätzen auch Eltern der Schule am Neuruppiner Kastaniensteg. Eine Kooperation zwischen der Rollreitschule Radensleben und der Schule für mehrfach schwerstbehinderte Kinder und Jugendliche ermöglicht zweimal pro Woche diese Sportform mit großem Erfolg. Und das bereits seit 2005. Unterstützung und Hilfe in der Finanzierung ist hier immer wieder ein Thema – gerade für sozial schwache Familien. Deshalb wurde der Förderverein HOBIS e.V. gegründet. Die Katarina Witt Stiftung hat ebenfalls Stiftungsgelder freigegeben.

Aus dieser Form des Sportes auf dem Pferd entwickelte sich in kürzester Zeit der Leistungssport im schwersten Behinderungsgrad in der Abteilung Rollreitschule Radensleben. „Sportler zu formen und Sportler zu fördern ist meine große Leidenschaft“, gibt Gundula Lüdtkke gerne zu. Einem Menschen aufzeigen, was er alles kann, wie spannend das Leben ist, wie die Harmonie von Reiter und Pferd positiv wirkt – alles Erfahrungen und Aspekte, die sie ihren zahlreichen Schützlingen gerne mitgibt. Da fallen schon mal Worte wie: „Zurück im Leben oder ich gebe Querschnittsgelähmten Beine zum Rennen“.

Die aktuellen sieben Landeskader-Athleten am Landesstützpunkt Radensleben sprechen ihre eigene Sprache. Es hat bisher noch nie in den neuen Bundesländern eine solche Vielfalt an Para-Dressurreitern gegeben. Allein im schwersten Behinderungsgrad (Grade 1) hat die Radenslebenerin sieben Sportler/innen in den internationalen Wettkampf gebracht und zu zahlreichen Titeln geführt. Darunter auch vier unterschiedlich hohe, komplett Querschnittsgelähmte.

Doch Gundula Lüdtkke wäre nicht Gundula Lüdtkke, wenn nicht hochgesteckte Ziele sie treiben würden. Zweimal auf der Long-List und einmal erste Reserve bei den Paralympics konnten schon erreicht werden. Um noch optimalere Voraussetzungen für ihre Reitermannschaft zu bieten, werden 2015 erstmals Para-Dressurturniere am heimischen Standort stattfinden. Damit werden gute Grundlagen geschaffen, den Para-Reitern des Landesverbandes Berlin-Brandenburg Wettkampferfahrung zu bieten. Die Ziele ihrer Schützlinge sind wie bei jedem Leistungssportler die Teilnahme an den Paralympics. Nahziel ist Rio de Janeiro 2016, Fernziel Tokio 2020. Der starke Nachwuchs hat bereits seinen Fokus auf Tokio ausgerichtet.



Landestrainerin und Erfinderin des Sitzgurtes Gundula Lüdtkke

Foto: Dirk Becker

Christa Lemme