

Windsurfen ist auch für Beinamputierte möglich:

Freiheit auf dem Wasser



Die frischen Frühlingsbrisen locken die Windsurfer wieder in Scharen auf die Gewässer. Auch Menschen mit Beinamputationen können diesen attraktiven Sport erlernen – selbst wenn sie keine super trainierten Athleten sind. Die unterschenkelamputierte Marion hat in der Windsurfschule Delfina schon am ersten Tag ihre Erfolgserlebnisse gehabt. Surflehrerin Christiane Dieball bietet in ihrer Schule exklusive Einzeltrainings auch für Menschen mit Handicap an und beschreibt die Herausforderungen und Glücksmomente mit ihrer amputierten Schülerin.

Windsurfllehrerin:
Christiane Dieball



Das erste Gespräch mit Marion, die meine erste gehandicapte Surf-Schülerin werden sollte, ist mir noch gut in Erinnerung. Marion stellte sich als unterschenkelamputierte Frau vor, die auf meinem Auto gelesen hatte, dass ich Einzelkurse im Windsurfen anbiete. Sie fragte nach den Modalitäten und Kosten und wollte sich eine Schulung zum Geburtstag schenken.

Doch zunächst gab es viele Unsicherheiten und Fragen: Funktioniert das Windsurfen mit dem eingeschränkten Gleichgewichtsgefühl? Wie steht es um die Rutschfestigkeit auf dem Board? Wie sicher ist der Sport? Was passiert beim Hinfallen? Löst sich die Prothese aus der Fußschlaufe, denn

es gibt ja keine Sicherheitsbindung wie beim Skischuh? Einige Befürchtungen konnte ich gleich aufklären, beispielsweise, dass die Fußschlaufe nur beim Starkwindsurfen verwendet wird. Andere Probleme waren mir genauso neu: Es galt zu recherchieren und gemeinsam auf Erforschungsreise zu gehen.

Beim gemeinsamen Lernen habe ich Marion aus Rostock als eine lebenslustige, neugierige Frau mittleren Alters kennen gelernt. Trotz ihres Unfalls vor rund 20 Jahren sind Abenteuerlust und Lebensmut ungebremst. Ihre Energie und Herzlichkeit haben mich stark beeindruckt. In mehreren Gesprächen haben wir die Möglichkeiten und Probleme erörtert. Bei der Beratung durch den surfbegeisterten Rostocker Orthopädiemechanikermeister Ralph Scharpenberg konnten wir dann auch noch die letzten Zweifel ausräumen.

Höhenausgleich im Neoprenschuh sorgt für Standsicherheit auf dem Board

Anfangs befürchtete ich, dass die Standsicherheit auf dem Surfboard und die Druckempfindlichkeit des Laminats auf dem Sandwichboard tatsächlich ein ernstes Problem sein könnten. Meine Surfschüler bekommen alle Teile der Ausrüstung für die Schulung geliehen, so auch die flachen Neoprenschuhe. Die Schuhe schützen vor Unterkühlung, vor Verletzungen und geben durch die rutschfeste Sohle auch zusätzlichen Halt. Marion hatte die Idee, einen zusätzlichen Höhenausgleich in den Neoprenschuh einzusetzen, um die Auflage und das Abrollen, die Statik und Druckverteilung des Prothesenfußes auf dem Surfboard zu optimieren.

Ein weitere Frage war, an welchem Surfrevier wir die Schulung durchführen werden? Marion erzählte mir von ihrem Camping-Stellplatz am Plauer See. Der See ist ein hervorragendes Wassersportrevier, und die Lage des Campingplatzes sehr gut geeignet. Der Entschluss, die Schulung in Marions künftigen Heimrevier durchzuführen und sich so gleich mit den lokalen Gegebenheiten vertraut zu machen, war also schnell gefasst. Doch zunächst spielten das Wetter oder der Wind über Wochen nicht mit. Am 28. August war es dann aber soweit: Es ist kurz vor 10 Uhr, im merklich kühlen Wind von gut 3 Beaufort aus Nord-Ost liegt schon der Duft des Spätsommers. Wir sind fast alleine auf dem großen Areal, da die Ferien schon zu Ende sind. Marions stattlicher Herdenschutzhund Captain Haddock bewacht uns und das Equipment aufmerksam.

Ein breites Surfbrett sichert schnelle Lernerfolge

Zuerst wird das Surfmaterial abgeladen und auf die große Wiese direkt am Wasser gelegt. Schritt für Schritt erkläre ich Marion die Teile und ihre Funktion. Gemeinsam bauen wir das leichte Rigg auf und stellen den Trimm auf die Windbedingungen ein. Danach wird das Surfboard aus dem Transportbag genommen.



Montage: Marion baut unter Anleitung von Christiane Dieball das leichte Rigg auf

Marion staunt nicht schlecht bei diesen Maßen: 2,59 m ist das Board lang und 90 cm breit. Es hat ein Volumen von 205 Liter. Die enorme Breite sorgt für eine besonders gute Kippstabilität und somit für schnelle Lernerfolge mit viel Spaß. Marion baut unter meiner Anleitung Finne und Schwert an das Board und erfährt nebenbei, wann das

Schwert eingesetzt wird und warum die kleine Finne soviel Druck erzeugen kann. Dieser erste Teil von Theorie und Praxis zum Thema Materialkunde weckt bei Marion Neugierde und Lust auf mehr. Wir setzen uns gemeinsam ans Ufer, und ich erkläre die Grundregeln für ein sicheres Surfen. Danach lernen wir das Revier kennen und setzen gemeinsam Landmarken zur Orientierung.

Jetzt wird es richtig spannend. Wir ziehen die Neoprenanzüge an, die passgenau vor dem Auskühlen durch Wasser und Fahrtwind, vor Verletzungen und auch vor UV-Strahlung schützen. Nach einigen Trockenübungen an Land bringen wir das Board und das Rigg (der Mast mit Gabelbaum und Segel) ins hüfttiefe Wasser. Die



Kippstabil: Das breite Surfboard macht Anfängern viel Spaß und sichert schnelle Lernerfolge

punktstabilität bietet, die für erfahrenere Surfer wichtig ist. Aufgrund der sehr anspruchsvollen Anfängerbedingungen – der Wellengang ist unruhig –, stehe ich dicht bei Marion, stabilisiere das Board und kann ihr so ein gutes Sicherheitsgefühl vermitteln.

Der Schotstart klappt überraschend schnell und gut

Ich merke schnell, dass beim Schotstart bestimmte Bewegungen rund um die Prothese variiert werden müssen. Gemeinsam ändern wir Kleinigkeiten der für nichtbehinderte Menschen geltenden Abläufe ab, damit Marion die richtige Position und Haltung auf dem Board einnehmen, das Rigg zum Körper hin aus dem Wasser ziehen und schließlich sicher anfahren kann. Dadurch, dass das Segel beim Hochziehen aus dem Wasser ein gutes Gegengewicht bietet, kann sie sich stabil daran festhalten, ohne dass Gefahr besteht, vom Board zu fallen. So gelingt der Start überraschend gut und schnell.

Während der kleineren Verschnaufpausen genieße ich Marions steigende Freude und ihren Ehrgeiz, das

Windsurfen kompromisslos erlernen zu wollen. Es erinnert mich daran, wie ich meine ersten Surfversuche Anfang der 90er-Jahre erlebt habe. Die unbeschwer-



Schotstart: Marion gelingt es schon nach kurzer Zeit, das Rigg aus dem Wasser zu ziehen und sicher anzufahren

Freiheit auf dem Wasser und die Leichtigkeit der Bewegung in der Natur haben sich bei mir seitdem fast zu einer Art Sucht entwickelt.

Nachdem Marion mit ihren ersten Erfolgen aufwarten kann und ihr schönes Wassergrundstück beim Wind-

surfen mal aus einer ganz anderen Perspektive betrachtet hat, beschließen wir einstimmig – es ist Halbzeit! Schnell ist der Grill geheizt, und die Würstchen brutzeln . . . Während des Surfmahls erzähle ich von den wichtigen Aspekten rund um die Umweltschutzzonen, den Vorfahrts- und Befahrensregeln, Seeschiffahrtszeichen und Gefahrenstellen. Die verschiedenen Kurse zum Wind spielen ebenso eine Rolle wie die Wetterkunde. Und zum Auflockern der nun gekräftigten Hand- und Armmuskulatur folgt noch ein Hauch Knotenkunde.

Marion hat sich den Traum vom Windsurfen endlich erfüllt

Nach dem sicheren Starten und Anfahren schließt sich im zweiten Teil auf dem Wasser nun das Geradeausfahren und die Wende als erstes Manöver an. Es gelingt: Der Bug dreht durch den Wind und der Fahrtrichtungswechsel ist vollzogen! Wichtigstes Lernziel ist für heute, dort wieder anzukommen, wo wir gestartet sind. Am späten Nachmittag stehen Marion die Anstrengungen des Tages ins Gesicht geschrieben. Das Aufhören fällt ihr trotzdem schwer. Man sieht ihr an, wie glücklich sie ist, sich den Traum vom Surfen erfüllt zu haben. „Ich hatte schon seit Jahren den Wunsch, Windsurfen zu lernen, aber aus Angst vor der Angst, es könnte nicht gehen, habe ich das immer wieder aufgeschoben“, erzählt Marion später.

Mein Ziel ist, Schülerinnen und Schülern genügend Grundfertigkeiten und Sicherheit zu vermitteln, um ihnen das selbstständige Surfen zu ermöglichen. Alle empfinden es als wichtig, dass die Lehrerin dabei auf die individuellen Fähigkeiten, Unsicherheiten und Besonderheiten des Einzelnen eingeht. Das ist wohl der größte Vorteil der Einzelschulung gegenüber den Gruppenkursen. Als Marion mich ein halbes Jahr später anrief und sagte: „Ich habe von Dir und der Schulung geträumt und muss in dieser Saison unbedingt weiter machen“, habe ich mich in meinem Konzept bestätigt gefühlt. Ein Handicap ist beim Windsurfen zwar eine Herausforderung, aber kein wirkliches Hindernis!

Text: Christiane Dieball, Fotos: Michael Bogumil

Auskünfte: Windsurfschule DELFINA, Hagebuttenweg 3, 19073 Wittenförden, Tel.: 0385/67680-80, Fax: 0385/67680-81, E-Mail: info@windsurfschule-delfina.de, Internet: www.windsurfschule-delfina.de