

Allen Verletzungen zum Trotz

Seit vergangener Woche sind die Weltmeisterschaften im Skifahren in Vail / Beaver Creek in vollem Gange. Ein Ski-Anlass, der auch uns Turnerinnen und Turner beschäftigt. Einen ersten Moment der Freude hat die Schweiz und die Schweizer Turnwelt mit der Bronzemedaille von Lara Gut erreicht, am Samstag durften wir dann sogar zwei Abfahrtsmedaillen bei den Herren bejubeln.

In diesem Artikel möchte ich aber nicht über die Leistung der Schweizerinnen und Schweizer schreiben, sondern mich mit den Comebacks im Skizirkus befassen. Bode Miller startete drei Monate nach seiner Rückenoperation an der Weltmeisterschaft im Super-G. Gut, er stürzte und verletzte sich, aber bis zu diesem Zeitpunkt fuhr er ein sehr gutes Rennen. Aksel Svindal ist das nächste Beispiel. Im ersten Abfahrtstraining, vier Monate nach seinem Achillessehnen-Riss, deklassierte er die Schweizer Janka und Feuz um bis zu zwei Sekunden. Das Rennen ging dann, zur grossen Freude der Schweizer, anders aus. Aber Tatsache ist, dass auch Svindal ein beeindruckendes Comeback nach seiner Verletzung hingelegt. Der sechste Rang hat dies bestätigt.

Diese Tatsache gibt vielen Sportlerinnen und Sportlern Hoffnung und Mut. Denn wie oft verletzen sich die Turnerinnen und Turner kurz vor Wettkämpfen. An Turnfesten und Schweizermeisterschaften sieht man immer wieder Turnerinnen und Turner, die mit Krücken unterwegs sind, die verletzte Schultern haben oder aus anderweitigen Gründen ausfallen. Bei ihnen war die Regenerationszeit zu kurz, eine Rückkehr in die Turnhalle war nicht möglich. Alle, die bereits einmal verletzt ausgefallen sind, wissen, wie schwer einem das fällt, wie gerne man dabei wäre und den Wettkampf bestreiten würde. Die psychische Belastung bei einer Verletzung ist nicht zu unterschätzen, besonders, wenn diese vor einem grossen Wettkampf eintritt. Die Comebacks an dieser Weltmeisterschaft soll allen Turnerinnen und Turnern, aber auch allen anderen sportbegeisterten Personen Mut machen, dass nach einem Rückschlag immer wieder Höchstleistungen möglich sind.

Verletzungen sind kein Grund zum Aufgeben. Wichtig sind aber auf jeden Fall eine Konsequente Reha – und eine gute Fitness schadet sicherlich auch nicht. Wer jetzt also verletzt ist und zuhause vor dem Fernseher die Weltmeisterschaft verfolgt, Abend für Abend die Skifahrer in den USA die Pisten runterrassen sieht, darf den Kopf nicht hängen lassen. Im Gegenteil, nehmen Sie sich die Athleten als Vorbilder und trainieren, trainieren, trainieren sie. Dann reicht es bestimmt, die Form bis zum nächsten Wettkampf soweit aufzubauen, dass eine Teilnahme möglich ist. Es dauert ja noch ein Weilchen bis zum nächsten grossen Wettkampf, dem Seeländischen Turnfest in Büren a.A.. Das Seeländische findet erst im Juni statt, also in viereinhalb Monaten. Nimmt man sich die Skifahrer zum Vorbild bleibt sicherlich genügend Zeit, um auch die letzte Verletzung auszukurieren und das Team am Vereinswettkampf unterstützen zu können.

Von Seiten der Organisatoren und des Turnverband Bern-Seeland (TBS) sind die ersten Schritte bereits getan. Nun werden weiterhin alle organisatorischen Details geklärt und alles dafür getan, damit den Turnenden ein unvergessliches Fest geboten wird.

Allen momentan noch verletzten Sportlerinnen und Sportlern wünsche ich in diesem Sinne gute Genesung.