

Bericht für die Zeitschrift des österreichischen Aero Clubs

Physikopraktik Betreuungsprojekt bei der Para Ski / Sky Ski Weltmeisterschaft in Donnersbachwald

Para Ski erfordert sowohl feinfühliges Beherrschen des Fallschirms bei den Ziellandungen am Hang als auch vollste Aufmerksamkeit und Konzentration in den beiden Durchgängen des Riesentorlaufes.

Bei der Europameisterschaft im letzten Jahr in Donnersbachwald wurde mir die fehlende Konzentration im zweiten Durchgang zum Verhängnis.

Die Konzentrationsschwäche resultierte aus dem Zusammenspiel von intensiven Training und schlechtem Schlaf. An diesem Wettbewerbstag war ich sehr müde. Beim Bestreben eine möglichst hohe Geschwindigkeit in den flachen Teil des Kurses mitzunehmen, maß ich einer kleinen Mulde wenig Bedeutung zu und konzentrierte mich schon auf den nächsten Schwungansatz. Der nachfolgende Überschlag mit unsanfter Landung auf dem Gesäß blieb nicht ohne Folgen. Erst nach der verspäteten Zieldurchfahrt bemerkte ich die Schmerzen im linken Handgelenk. Insgesamt 6 schmerzhafte Zielsprünge, 3 noch am selben Tag, die restlichen Tage darauf wurden zur Qual. Dass wir um einen Zentimeter die Bronzemedaille im Teambewerb verpassten, blieb ein ärgerlicher Nebenaspekt. Bei der Untersuchung im Krankenhaus stellte sich ein Knochenbruch am Handgelenk heraus, der mir eine Operation, 6 Wochen Gips und 2 Monate Berufsunfähigkeit einbrachte.

Als Physikopraktiker weiß ich wie wichtig in solchen Situationen die Behandlung und Betreuung der Sportler/innen von Praktiker/innen ist, um das Verletzungsrisiko im Vorhinein zu minimieren.

"Das passiert mir nicht wieder!", sagte ich mir planend für die Zukunft.

Was für mich gut ist, ist auch für alle anderen Sportler/innen gut, war ich überzeugt. Daher nahm ich Kontakt mit dem Veranstalter der Para Ski / Sky Ski WM 09 auf. Mit Edi Peserl war ich im Sommer 08 bald einig und so konnte die Planung für ein Physikopraktik Betreuungsprojekt bei der bevorstehenden Weltmeisterschaft beginnen.

Aber nicht nur die Sportler/innen sollten bestmöglich betreut werden, wir wollten auch die Wirksamkeit dieser Betreuung untersuchen. Dazu war auch die Vorbereitung von wissenschaftlich anerkannten Fragebögen notwendig.

Im Rahmen des österreichischen Berufsverbandes für Physikopraktik wurden Praktiker/innen zur freiwilligen Teilnahme eingeladen. Folgende 12 Praktiker/innen nahmen die Herausforderung an. Maria Aschauer (D) übernahm während der Bewerbungswoche die Gesamtleitung.

3 Teams Österreich, 2 Teams Deutschland, das Team Holland, das Team Kroatien und eine Schweizerin nahmen das Betreuungsangebot an.

Die Österreichischen Teams wurden von Florian Giesenhagen (D), Andrea Schuster (Ö), Eva Bauer (Ö), Janine Bergmann (D), die Deutschen Teams von Karin Mayr (Ö), Jan Küker (D), Erika Wallner Ternitz (Ö) die restlichen Teams von Gerhild Eilers (D), Swanhild Braun (D), Elfriede Binder Linz (Ö) und Ruth Baumgartner Trausdorf (Ö) betreut.

Für mich als Initiator dieses Projektes stellte sich kurz vor Beginn der WM Unsicherheit ein. Bis zu diesem Zeitpunkt konnte ich noch für die Praktiker/innen unterstützend Einfluss nehmen, nach Wettbewerbsbeginn wechselte ich in meiner Einstellung zum Sportler und meine ganze Aufmerksamkeit lag nun darin, mich ganz auf den Bewerb zu konzentrieren und meine bestmögliche Leistung zu bringen. Aber werden die Sportler/innen das Angebot in vollem Umfang akzeptieren. Geplant waren eine Vorbereitungsbehandlung am Morgen zur Aktivierung, Betreuung zwischendurch während des Wettbewerbstages und eine Regenerationsbehandlung am Abend.

Nach der ersten Behandlung am Vorabend des ersten Bewerbstages und der nachfolgenden Besprechung mit den Praktiker/innen konnte ich mir den Stein vom Herzen nehmen, denn Maria Aschauer hatte das Praktiker/innen - Team gut ein - und aufgestellt. Alle waren super motiviert. Jetzt konnte ich beruhigt schlafen gehen und ich schlief sehr gut!

Ein Skiqualifikationslauf und 2 Wertungsdurchgänge an einem Tag bei widrigsten äußeren Bedingungen forderten Sportler/innen und Praktiker/innen gleichermaßen. Der bemerkenswerte Einsatz bei den Behandlungen vor dem Start jedes Durchganges zeigte aber gerade bei solchen Situationen Wirkung.

An den nächsten beiden Tagen konnte wegen der Wettersituation gerade ein Wertungsdurchgang Zielspringen durchgeführt werden. Während der Zeit des Wartens war es wichtig die Konzentration für den letzten Tag zu konservieren. Die Physikopraktik Betreuung trug einen großen Teil dazu bei.

Für mich persönlich war es der beste Bewerb der letzten Jahre und vor allem die Silbermedaille in der Teamwertung freute mich sehr.

Der Response der Sportler/innen war hoch positiv und die Praktiker/innen taten sich beim Abschied nehmen, ob der Erlebnisse und tiefen Eindrücke sehr schwer.

Mit diesem WinWin Ergebnis, aber dem Wermutstropfes der geringen finanziellen Unterstützung gegenüber dem hohen Einsatz der Praktiker/innen, ließen große Zufriedenheit in mir aufkommen.

Mit diesem erstmaligen Physikopraktik Betreuungsprojekt bei einer Weltmeisterschaft konnten wir Physikopraktiker/innen Schwachstellen aufdecken und Verbesserungen eruieren, die in die Planung für weitere Projekte einfließen können.

Weiters konnte die Befindlichkeit der betreuten Sportler/innen über die Wettbewerbszeit mit wissenschaftlich anerkannten Fragebögen festgehalten werden.

An dieser Stelle möchte ich mich sehr, sehr herzlich bei allen Praktiker/innen für den enormen Einsatz und die professionelle Arbeit bedanken. Bei allen Sportler/innen bedanke ich mich für die positive Einstellung der Betreuung gegenüber, für das Interesse, die Mühe beim Ausfüllen der Fragebögen und die dadurch gewonnenen Daten. Ganz besonders bedanke ich mich auch bei den Sportler/innen der Russischen Mannschaft die das Betreuungsangebot nicht angenommen, aber die Fragebögen trotzdem durchgehend ausgefüllt haben.

Die erhaltenen Daten werden ausgewertet. Wir erhoffen uns Erkenntnisse, die für die Betreuung von Menschen im kurzfristigen Bereich von Bedeutung sind und in Zukunft noch bessere Betreuung ermöglicht.

Gernot Alic

Erklärung:

Path - Physikopraktik ist ein Gesundheitsförderungs - und entwicklungssystem.

Es verbindet in seinen Programmen und Konzepten östliche Theorien und westliche Wissenschaften in einer Einzigartigkeit zu einem Interventionssystem für die Bereiche Gesundheitsvorsorge, -erhaltung, gesundheitsbezogene Lebensqualitätsberatung und Entwicklungsförderung von Kindern mit unterstützender Elternarbeit.

Nach Physikopraktik ist die Gesundheit in einem umfassenden Sinn definiert. Lebensqualität haben jene Menschen, die in diesem Sinn gesund sind. Sie zeichnen sich aus durch hohe Lebenslust, große Vitalität, Wohlbefinden und Freude an Herausforderungen.

Das Path System ist ein Anwendungssystem, das gänzlich auf den Klienten abgestimmt und mit ihm vereinbart wird. Dabei werden alle relevanten Umfeldbedingungen und individuellen Gegebenheiten erfasst und mitberücksichtigt. Zwischen Praktiker/in und Klient/in entsteht ein

Vertrauensverhältnis, das auf Offenheit, Bereitschaft an Mitwirkung, gegenseitiger Verlässlichkeit und Überzeugung beruht. Die höchste Wirksamkeit wird durch regelmäßige Anwendungen erzielt. Dabei werden keine ärztlichen oder medizinischen Tätigkeiten ausgeführt. Die Betreuung kann an verschiedenste Veranstaltungen angepasst werden.

Wenn Sie Interesse an einer Physikopraktik Betreuung bei Ihrer Veranstaltung, Ihren Aktivitäten oder einfach zu Ihrer Gesundheitsförderung haben, kontaktieren Sie mich bitte - gernot.alic@physikopraktik.com - oder besuchen Sie folgende Internetseiten: www.physikopraktik.com
www.pp-linz.at