

PRESSEMITTEILUNG

PRESSEKONTAKT

Heike Schwitalla

0171 9129415

presse-ini@gmx.net

facebook.com/ini.karlsruhe

VEREINSINITIATIVE GESUNDHEITSSPORT KARLSRUHE

Vereine: ESG Frankonia, In Nae, KTV, MTV, PSK, PSV, SC Wettersbach, SG Eichenkreuz, SG Siemens, SG Stupferich, SpVgg Aue, SSC, SV Nordwest, SVK Beiertheim, TG Aue, TS Durlach, TS Mühlburg, TSV Bulach, TSV Grötzingen, TSV Grünwinkel, TSV Palmbach, TSV Rintheim, TUS Neureut, TUS Rüppurr, VT Hagsfeld, SSV Ettlingen, TG Eggenstein, TG Söllingen, TV Bretten, TV Hochstetten, TSG Blankenloch, Skizunft Durlach, TV Busenbach

Kooperationspartner: Schul- und Sportamt, Sportkreis Karlsruhe, Karlsruher Turngau, AOK Mittlerer Oberrhein



Freiwillige vor: Herzsport sucht Ärzte

Herzsportstunden sind ein Angebot für Patienten mit Herzkrankheiten, Patienten nach einem Infarkt, für klappenoperierte und Bypass-Patienten. Die Mitgliedervereine der Karlsruher Vereinsinitiative Gesundheitssport (INI) möchten ein möglichst flächendeckendes Netz an Herzsportgruppen bieten, damit Patienten im Bedarfsfall schnell und wohnortnah ein Sportangebot finden.

Die Sportvereine stellen Übungsleiter und Räumlichkeiten, allein die Suche nach einem Arzt, der die Herzsportgruppe regelmäßig begleitet, ist schwer geworden. Es könnten und müssten in Karlsruhe viel mehr Herzsportgruppen eingerichtet werden, aber das Gegenteil ist der Fall: Aufgrund des Ärztemangels mussten sogar schon Gruppen aufgegeben werden, daher geht die INI nun aktiv auf Suche nach Medizinern.

In jeder Herzsportstunde werden gezielt Übungsprogramme durchgeführt, sie berücksichtigen Laufen, Gymnastik und Spiele - es kommen auch Geräte wie Stöcke, Bälle oder Ringe zum Einsatz. Die Kontrolle der individuellen Belastungsfähigkeit und -intensität steht stets im Blickpunkt, regelmäßig wird während der Stunde der Puls gemessen und beobachtet.

Auch die SG Stupferich bietet immer donnerstags um 18 Uhr die Möglichkeit zum Herzsport. Übungsleiter Klaus Bengel hat eine spezielle Ausbildung mit gültiger P-Lizenz, er bildet sich regelmäßig weiter und betreut die Gruppe seit 2003. Ein erfahrener Arzt ist – wie es vorgeschrieben ist - in jeder Übungsstunde anwesend. In Stupferich steht Dr. Mathias Freitag bereit, wenn es einmal tatsächlich zu einem medizinischen Notfall kommen sollte. Für den Fall der Fälle steht außerdem ein Defibrillator – gestiftet von der Berglesapotheke - zur Verfügung.

Bei aller Ernsthaftigkeit bei den sportlichen Aktivitäten, kommen Spaß und Freude an der Bewegung in lockerer Atmosphäre aber nicht zu kurz. Kleine Schwätzchen sind auch beim ausdauerorientierten Dreieckslauf erlaubt, Spiele sorgen für die nötige Interaktion. Obwohl die Altersspanne hier von Mitte 40 bis knapp unter 90 Jahre reicht, versteht man sich gut, lacht gerne miteinander.

Gegründet wurde die Gruppe von einem Arzt aus dem Dorf und einer Physiotherapeutin. Neben dem betreuenden Arzt Dr. Freitag gab es eine weitere Ärztin, die sich um die Gruppe kümmerte, sie zog sich jedoch aus Altersgründen zurück, wie Klaus Bengel berichtet. „Dr. Freitag betreut die Gruppe derzeit allein, ursprünglich wollte er im Wechsel mit einem anderen Mediziner tätig werden, der ist bisher jedoch noch nicht gefunden“, so Bengel weiter.

Über die Vereinsinitiative Gesundheitssport – INI

Die Vereinsinitiative Gesundheitssport (INI) ist ein 1989 gegründeter Zusammenschluss von 26 Karlsruher Sportvereinen und sieben Vereinen aus der Region. Die Mitgliedervereine haben es sich zur Aufgabe gemacht, ein möglichst flächendeckendes Gesundheitssportangebot zu erstellen - unabhängig davon, ob jemand Mitglied eines Sportvereins ist oder nicht. Interessierte Bürger sollen, so das Ziel der INI, die Möglichkeit erhalten, auf kurzen Wegen in ihrem direkten Wohn- oder Arbeitsumfeld an einem dieser Sportangebote teilzunehmen. Das Kursprogramm 2019 der INI listet über 370 Angebote und liegt aus bei Ärzten, Apotheken, Sportvereinen und in den Rathäusern. Im Internet ist es unter www.gesundheitssport-karlsruhe.de nachzulesen.

PRESSEMITTEILUNG

PRESSEKONTAKT

Heike Schwitalla

0171 9129415

presse-ini@gmx.net

facebook.com/ini.karlsruhe



VEREINSINITIATIVE GESUNDHEITSSPORT KARLSRUHE

Vereine: ESG Frankonia, In Nae, KTV, MTV, PSK, PSV, SC Wettersbach, SG Eichenkreuz, SG Siemens, SG Stupferich, SpVgg Aue, SSC, SV Nordwest, SVK Beiertheim, TG Aue, TS Durlach, TS Mühlburg, TSV Bulach, TSV Grötzingen, TSV Grünwinkel, TSV Palmbach, TSV Rintheim, TUS Neureut, TUS Rüppurr, VT Hagsfeld, SSV Ettlingen, TG Eggenstein, TG Söllingen, TV Bretten, TV Hochstetten, TSG Blankenloch, Skizunft Durlach, TV Busenbach

Kooperationspartner: Schul- und Sportamt, Sportkreis Karlsruhe, Karlsruher Turngau, AOK Mittlerer Oberrhein

Dr. Freitag hat schon vorher eine Gruppe betreut und es macht ihm Spaß, bei den sportlichen Aktivitäten auch aktiv mitzumachen. „Aber wenn Dr. Freitag mal nicht kann, bin ich dann auf Suche nach einer Vertretung, was nicht immer klappt. Ein zweiter Arzt, vielleicht nur einmal pro Monat, wäre schon eine Erleichterung in dieser Situation“, sagt der Übungsleiter.

Außerdem ist die Gruppe schon maximal belegt, meist sind es 20 anwesende Teilnehmer, so dass eine Aufteilung auch nach Übungs- und Trainingsgruppen und individueller Leistungsfähigkeit sinnvoll wäre, wie Bengel erklärt. Aber auch dafür bräuchte man weitere Ärzte. Neue Teilnehmer können deshalb hier erst einmal nicht aufgenommen werden. Und auch in vielen anderen Sportvereinen ist die Lage ähnlich brisant.

Deshalb sucht die Karlsruher Vereinsinitiative Gesundheitssport - INI nun aktiv nach Ärzten, die sich im Herzsport engagieren. Mediziner, die sich eine Tätigkeit im Herzsport vorstellen können, dürfen sich jederzeit unter info@gesundheitssport-karlsruhe.de melden.

Über die Vereinsinitiative Gesundheitssport – INI

Die Vereinsinitiative Gesundheitssport (INI) ist ein 1989 gegründeter Zusammenschluss von 26 Karlsruher Sportvereinen und sieben Vereinen aus der Region. Die Mitgliedervereine haben es sich zur Aufgabe gemacht, ein möglichst flächendeckendes Gesundheitssportangebot zu erstellen - unabhängig davon, ob jemand Mitglied eines Sportvereins ist oder nicht. Interessierte Bürger sollen, so das Ziel der INI, die Möglichkeit erhalten, auf kurzen Wegen in ihrem direkten Wohn- oder Arbeitsumfeld an einem dieser Sportangebote teilzunehmen. Das Kursprogramm 2019 der INI listet über 370 Angebote und liegt aus bei Ärzten, Apotheken, Sportvereinen und in den Rathäusern. Im Internet ist es unter www.gesundheitssport-karlsruhe.de nachzulesen.