



Die Munich Rugbears spielen im TSV Milbertshofen. Das nächste große Turnier in München findet am 14. und 15. Mai statt. Mehr Infos zu den Spieltagen gibt es auch online im Blog auf www.djs-medizin.de Fotos (4): Brandt



Wie, du bist schlapp? Du kannst noch!



Hart im Nehmen: tz-Testerin Marie Kilg Fotos: dsff

Krach! Drei Rollstühle schep- pern zusammen. Johannes Hund hat wieder mal einen Gegenspieler festgesetzt. Hund ist der Abwehrstrategie der Munich Rugbears. Er erobert die Bälle. Eröffnet das Spiel. Sicherheit hinten ab. Diese Beschreibung trifft auf Abwehrspieler in fast allen Teamsportarten zu. Fuß-

ball, Handball, Hockey. Aber Rollstuhl-Rugby ist keine Sportart wie jede andere. Es ist eine Sportart für Menschen mit schwerer Behinderung. Und eine, die hilft. „Der Sport hat es Johannes erleichtert, sich ins Leben zurückzukämpfen“, sagt sein Vater Franz. Johannes Hund ist seit einem

Badeunfall vor zwölf Jahren ab dem sechsten Halswirbel querschnittgelähmt. Im Krankenhaus in Bayreuth erfuhr er vom Rollstuhl-Rugby. Vom ersten Training an war ihm klar: „Ja. Geil. Das will ich machen.“

Rollstuhl-Rugby ist ein anspruchsvoller Sport. Körperlich und taktisch. Die Spieler sind an mindestens drei Gliedmaßen eingeschränkt. Viele Regeln und ein Punktesystem sorgen dafür, dass auch Schwerstbehinderte mitspielen können. „Es ist darauf ausgelegt, Spieler mit unterschiedlichen Fähigkeiten zusammen zu bringen. Deswegen ist die Taktik auch so enorm wichtig. Manche Spieler können nicht werfen. Sie sind dann nicht Ballführer. Aber sie können in den entscheidenden Momenten die Schlüsselspieler blockieren“, sagt

Franz Hund. Er ist so begeistert vom Rugby, dass er für die Munich Rugbears zu einer Art Manager geworden ist. Er gestaltet

Muskeln, das man noch bewegen kann, umso besser trainieren“, sagt Johannes Hund.

„Wenn ich den Sport nicht machen würde, könnte ich nicht Vollzeit arbeiten.“

Johannes Hund

Das Wichtigste war für ihn aber die Unterstützung der Mannschaft. „Nach so einem Unfall denkt man erst mal, dass das Leben jetzt vorbei ist. Aber ins Training zu kommen und zu sehen: Da sind welche, die sind wie ich, aber die stehen voll im Leben, gehen zur Arbeit, sind verheiratet – das hilft einem sehr.“

Zwölf Jahre nach seinem Unfall hat Johannes Hund einen Dokortitel in Informatik, fliegt für Siemens um die ganze Welt, ist glücklich verheiratet – und spielt mit den Munich Rugbears in der ersten Regionalliga.

Hund gefällt, dass die Rugby-Spieler keine Rücksicht nehmen. Im Alltag wird Rollstuhlfahrern

oft wenig zugetraut. „Im Training war es das Gegenteil. Deine Mitspieler schreien dich an: Wie, du bist schlapp? Du kannst noch!“ Rollstuhl-Rugby ist knallhart. Aber Verletzungen gibt es selten. Vater Franz sagt: „Dass sich jemand wirklich schlimm verletzt, habe ich nie erlebt. Einmal gab es einen gebrochenen Finger.“ Die Spieler krachen zwar oft so fest zusammen, dass einer umfällt, „aber da passiert nichts. Dann stellt man ihn halt wieder auf.“

Das ist Rollstuhl-Rugby

Die Regeln
Es spielen zwei Mannschaften à vier Spieler. Wer mit dem Ball mit zwei Rädern über die gegnerische Linie fährt, macht einen Punkt. Man darf den Ball dribbeln, werfen und auf dem Schoß führen. Es gibt in Deutschland 17 Rollstuhl-Rugby-Ver-eine in fünf Ligen. Die Munich

Rugbears sind Tabellenerster in der Bundesliga.

Das Punktesystem
Damit Schwerstbehinderte fair am Spiel beteiligt werden, gibt es eine Klassifizierung: Je eingeschränkter ein Spieler, desto niedriger seine Punktzahl. Die Skala geht von 0,5 bis 3,5. In Deutschland dürfen die vier Feldspieler zusammen nicht mehr als sieben Punkte haben.

die Webseite, versucht, Sponsoren zu finden, und begleitet die Mannschaft auf fast jeder Reise. Im Sommer feiert das Team sein 20-jähriges Jubiläum.

Der Sport hilft den Athleten auf vielfältige Weise. Die schnelle Bewegung, die Anstrengung und die Action im Training sind perfekt, um Druck abzubauen. Außerdem ist es gerade für Menschen mit körperlichen Einschränkungen wichtig, fit zu bleiben. „Man muss das bisschen

Doping-Tod? Nicht ungewöhnlich!



Doping im Freizeitsport? Keine Seltenheit, doch die Gesellschaft schaut weg! „Die Leute geben lieber zu, dass sie Heroin nehmen als dass sie Stoffen“, sagt ein Amateur-Bodybuilder. Stoffen, das bedeutet im Fachjargon den Konsum anaboler Steroide. Doping wird in der Öffentlichkeit meistens auf den Spitzensport beschränkt. Doch in Wahrheit ist es ein gesellschaftliches Problem.

Thorsten Schulz von der TU München forscht seit Jahren zum Thema Doping in Fitnessstudios. Große Ketten sind nicht das große Problem, es sind oft kleine, unprofessionell geführte Studios, die dem Doping die Tür öffnen. Seine Befragungen ergaben, dass bis zu ein Fünftel der Fitnessstudiobesucher mindestens einmal mit Doping in Berührung kamen.

In den letzten Jahren, sagt Schulz, gebe es einen Trend: Unser Leistungsgesellschaft befördert einen Mehrkonsum an Do-

ping. „Viele wollen den Traumkörper, aber nicht den langweiligen Weg, lieber nehmen sie die Abkürzung“, sagt Schulz. Das fängt bei Minderjährigen an, schon 16-Jährige nehmen Anabolika, um den Freundeskreis mit Muskelpaketen zu beeindrucken. Das Landeskriminalamt hat das Thema längst auf dem Schirm. Anabole Steroide und Diuretika, also Mittel, die dem Körper Flüssigkeit entziehen, damit Muskeln zum Vorschein kommen, werden am häufigsten si-

chergestellt. „Kontakte gibt es sehr häufig in den Muckibuden“, bestätigt Kriminalobererrat Jürgen Miller.

Dopingkonsum ist seit dem 18. Dezember für im Wettbewerb stehende Sportler strafbar, darunter können auch Bodybuilding-Wettbewerbe fallen. Es drohen bis zu drei Jahre Gefängnis. Bei Freizeitsportlern steht der Konsum nicht unter Strafe, aber die Herstellung, der Handel und der Besitz einer „nicht geringen Menge“. Das Problem: Wer soll eine Anzeige erstatten?

„Der Dopende sieht sich nicht als Geschädigter. Der Händler wird den Teufel tun“, sagt Miller.

Durch Doping im Freizeitsport steigen die Kosten für das Gesundheitssystem. Wer über längeren Zeitraum Steroide nimmt, der verändert

den Hormonhaushalt. Bluthochdruck, Impotenz, Gelenkschäden und Krebs sind die Folge. Schulz von der TU sagt: „Im schlimmsten Fall steht der Tod. Und das ist mittlerweile auch nichts Ungewöhnliches.“

JEAN-MARIE MAGRO



Jean-Marie Magro fährt leidenschaftlich Rennrad und wurde „noch nie positiv getestet“. Behauptet er zumindest...



Marie Kilg und Jean-Marie Magro waren nach dem Training tatsächlich schlapp.



„Viele wollen den Traumkörper, aber nicht den steinigen Weg“ Fotos: Imago