

Im Blickpunkt

78 Goldmedaillen in sechs Sportarten

In Peking finden vom heutigen Freitag bis 13. März die 13. Winter-Paralympics statt. 736 Athleten, davon 17 aus Deutschland, aus 50 Nationen kämpfen in sechs Sportarten um 78 Goldmedaillen. Wir stellen die Disziplinen vor.

Rollstuhl-Curling

Rollstuhl-Curling wurde erst 2006 in Turin ins Programm aufgenommen. Seit 2002 gibt es Weltmeisterschaften. In dem Wettbewerb treten gemischte Teams gegeneinander an, mindestens eine Frau muss zu jeder Mannschaft gehören. Ziel ist es, den 19,96 Kilogramm schweren Stein auf der Eisbahn näher als der Gegner an den Mittelpunkt von vier konzentrisch angeordneten Kreisen heranzubringen. Für jeden Stein, der näher am Zentrum liegt als der beste Stein des Gegners, gibt es einen Punkt. Jedes Team wird durch den Mannschaftsführer (Skip) geleitet. Dieser bestimmt die Taktik und spielt in der Regel den letzten Stein. Gefegt wird beim Rollstuhl-Curling im Gegensatz zum Curling der Nicht-Behinderten nicht.

Ski alpin

Im National Alpine Ski Centre in Yanqing werden die Medaillen in der „Königsdisziplin“ Abfahrt, bei der Geschwindigkeiten bis zu 120 km/h erreicht werden, sowie im Super-G, Riesenslalom, Slalom und in der Super-Kombination vergeben. Dabei werden die Teilnehmer in die drei Kategorien „sehbehindert“, „körperbehindert stehend“ und „körperbehindert sitzend“ unterteilt. Die sehbehinderten Athleten bewältigen den Kurs mit Hilfe eines Begleitläufers, der durch akustische Signale die Laufrichtung vorgibt. Die Sitzenden nutzen den sogenannten Monoski. Die Vergleichbarkeit der Leistungen trotz der differenzierten Behinderungsarten wird durch ein Handicap-System herbeigeführt. Die Zeit wird je nach Grad der Behinderung mit einem bestimmten Faktor multipliziert.

Biathlon

Wie bei den Alpinen werden auch im Biathlon grundsätzlich die drei Kategorien „sehbehindert“ sowie körperbehindert „sitzend“ und „stehend“ unterschieden. Rollstuhlfahrer und stark gehbehinderte Sportler nutzen einen Sit-Ski, einen speziellen Skischlitten, dessen Aufbau sich nach den verschiedenen Bedürfnissen der Athleten und dem Grad der körperlichen Behinderung richtet. Sehbehinderte Athleten laufen auf herkömmlichen Langlaufskiern. Sie werden von einem Begleitläufer unterstützt. Bei den Frauen gibt es Rennen über 6, 10 und 12,5 km, bei den Männern über 7,5, 12,5 und 15 km. Die Sportler aller Kategorien tragen ihr Gewehr auf den Laufrunden nicht bei sich und nehmen es erst am Schießstand auf. Die Scheiben stehen in zehn Metern Entfernung. Die sehbehinderten Sportler, in der Loipe mit Begleitläufern unterwegs, zielen mit Hilfe eines akustischen Signals. Die Zielscheibe sendet ein Infrarotsignal, welches in ein Tonsignal umgewandelt

wird. Je höher der Ton, desto mehr zielt der Schütze in die Mitte. Es werden zweimal fünf Schüsse abgegeben und nur im Liegen geschossen. Fehlschüsse werden mit Zusatzsekunden zur Laufzeit addiert. Die Strafzeit pro Fehlschuss beträgt je nach Wettbewerb 20 bis 60 Sekunden. Auf kurzen und mittleren Distanzen muss eine Strafrunde gelaufen werden.

Skilanglauf

Auch im Langlauf werden grundsätzlich die drei Kategorien „sehbehindert“ sowie körperbehindert „sitzend“ und „stehend“ unterschieden. Rollstuhlfahrer und stark gehbehinderte Sportler nutzen wie im Biathlon einen Sit-Ski. Sehbehinderte Athleten werden von einem Begleitläufer unterstützt. Bei den Frauen gibt es Rennen über 5 (sitzend), 7,5 (stehend), 12 (sitzend) und 15 km (stehend) im Sprint klassisch sowie eine Staffel über 4x2,5 km. Bei den Männern geht es über 20 (stehend), 15 (sitzend), 10 (stehend) und 7,5 km (sitzend) im Sprint klassisch sowie in der Staffel über 4x2,5 km um Medaillen. Dazu gibt es eine Mixed-Staffel (4x2,5 km). Dabei treten die Sportler der verschiedenen Kategorien in einem Team gemeinsam an.

Snowboard

Beim Snowboardcross fahren die Athleten auf einer Rennstrecke, die aus unterschiedlichen Renn- und Freestyle-Elementen bestehen. 500 bis 1.000 Meter ist die Strecke lang. In der Qualifikation sind die Teilnehmer noch jeweils allein auf der Strecke. Ihre Zeit entscheidet über ein Weiterkommen. Grundsätzlich besteht die Qualifikation aus zwei Läufen. Ab dem Achtelfinale gibt es bei den Männern dann das direkte Duell. Bei den Frauen geht es bei einer Qualifikation direkt ins Viertelfinale. Die zweite Disziplin bei den Snowboardern ist der sogenannte Banked Slalom. Dabei fahren die Snowboarder auf Zeit in einem mit Steilkurven präparierten Kurs. Der Hang sollte mindestens 25 Meter breit sein, die Neigung liegt zwischen 20 und 35 Prozent. Alle Teilnehmer kämpfen dreimal gegen die Zeit. Der schnellste Lauf wird für das Endergebnis festgelegt. Die Wettkämpfe werden im Genting Snow Park in Zhangjiakou ausgetragen.

Para-Eishockey

Hohes Tempo, hoher körperlicher Einsatz, blitzschnelle Aktionen und sehenswerte Paraden: Sledge-Eishockey, seit 1994 im Programm, hat sich dank vieler spektakulärer Momente zu einer der Attraktionen bei paralympischen Winterspielen entwickelt. Gespielt wird nach den Regeln der Internationalen Eishockey-Föderation IIHF. Wichtigster Unterschied zum Eishockey ist die Ausrüstung. Die Spieler bewegen sich auf Kufen-Schlitten fort, in jeder Hand einen 85 bis 100 cm langen Schläger, an deren Ende Spikes zur besseren Fortbewegung befestigt sind. Eine Mannschaft besteht aus fünf Spielern, die Spielzeit beträgt 3x15 Minuten. (dpa)



Auf die Plätze.... Bei den Paralympics beginnt am morgigen Samstag die Medaillenjagd.

Foto: Jens Büttner/dpa

„Covid macht die Spiele speziell“

Interview mit Dr. Anja Hirschmüller, Mitglied des medizinischen Komitees des IPC

„Vieles war ähnlich wie im ganz normalen Sportgeschehen, eher noch ein bisschen ausgeprägter“, sagt Dr. Anja Hirschmüller über die Auswirkungen des Coronavirus auf den paralympischen Sport. Was das für die an diesem Freitag beginnenden Paralympics in Peking bedeutet, verriet die Freiburger Sportmedizinerin, die zudem Präsidentin des Badischen Behinderten- und Rehabilitations-sportverbandes ist, im Interview mit unserem Redakteur Frank Ketterer.

Interview

BT: Frau Prof. Dr. Hirschmüller, an diesem Freitag werden in Peking die Paralympischen Spiele eröffnet. Mit welchen Gefühlen sehen Sie diesem Ereignis entgegen?
Dr. Anja Hirschmüller: Natürlich sind die Gefühle diesmal eher gemischt. Zum einen freut man sich, weil Paralympische Spiele immer etwas Besonderes und ein einmaliges Erlebnis sind. Zum anderen finden sie diesmal in vielerlei Hinsicht in einer Sondersituation statt. Gerade Covid macht die Spiele speziell, schon wegen der ganzen Vorbereitungen und Maßnahmen, die wir zu treffen hatten, um möglichst alle Sportler und Betreuer gesund und sicher nach Peking und wieder zurück nach Hause zu bekommen. Hinzugekommen ist jetzt auch noch der Krieg zwischen Russland und der Ukraine.

BT: Was ändert sich für die Athleten bei einer Veranstaltung wie den Paralympics, wenn plötzlich Krieg herrscht? Wie präsent wird dieser in Peking sein?
Hirschmüller: Zum einen sind die Athleten sehr, sehr fokussiert auf ihren Sport und es gewohnt, Störfaktoren weitgehend auszublenden. Auf der anderen Seite ist es schon so, dass Implikationen entstehen. Bei der Anreise musste beispielsweise für manche die Flugroute geändert werden, weil es ein Überflugverbot gab. Und natürlich haben die Sportler auch Kontakte zu anderen Athleten und Athletinnen, mit denen sie gemeinsam Sport treiben, auch aus den Krisengebieten. Oder sie waren selbst sogar in kriegerische Auseinandersetzungen verwickelt. Von daher glaube ich schon, dass es

ein zentrales Thema sein wird.

BT: Es sind bereits die sechsten Paralympischen Spiele, die Sie als Ärztin betreuen. Werden es voraussichtlich Ihre schwersten?
Hirschmüller: Vielleicht die herausfordernden. Das rührt aber auch daher, dass ich ein bisschen eine neue Rolle einnehme. Die letzten drei Spiele war ich als leitende Mannschaftsärztin von Team Deutschland dabei. Diesmal werde ich als Mitglied des medizinischen Komitees des Internationalen Paralympischen Komitees mitwirken. Daraus ergibt sich ganz von selbst ein anderer Blickwinkel.

BT: Was wird Ihr Job in Peking sein?
Hirschmüller: Letztendlich ist mein Komitee für die Gesunderhaltung aller Athletinnen und Athleten sowie für die Organisation aller Dinge, in denen medizinische Aspekte eine Rolle spielen, verantwortlich. Das fängt bei der medizinischen Ausstattung der Sportstätten an und hört bei Anti-Dopingmaßnahmen und den Quarantänehotels auf. Hinzu kommen Fortbildungsmaßnahmen für alle Teamärzte während der Spiele.

BT: Großes Thema, Sie haben es angesprochen, wird, ähnlich wie bei den Olympischen Spielen, Corona und seine Auswirkungen sein. Wie hat sich die Pandemie bisher auf den paralympischen Sport ausgewirkt?
Hirschmüller: Vieles war

ähnlich wie im ganz normalen Sportgeschehen, eher noch ein bisschen ausgeprägter. Dadurch, dass paralympische Athleten durch ihre Behinderung durchaus eingeschränkte Abwehrkräfte haben können, haben wir eine größere Vorsorgepflicht. Auch die internationalen Veranstalter haben sich das auf die Fahnen geschrieben, so dass zu den Covid-Hochzeiten viele Wettkämpfe abgesagt wurden. Hinzu kam, dass viele Klassifizierungen nicht stattfinden konnten.

Krankenhaus statt Quarantänehotel

BT: Einen Positiv-Fall angenommen: Ist ein Mensch mit einer bestimmten Behinderung schwerer in Quarantäne zu stecken, schon weil er eventuell Hilfe einer zweiten Person benötigt?
Hirschmüller: Absolut. Das ist auch ein Aspekt, der mich sehr beschäftigt und bewegt, gerade wenn ich an mein deutsches Team denke. Es ist vom Veranstalter tatsächlich vorgesehen, dass Personen, die in Quarantäne müssen und sich dort nicht alleine versorgen können, erst gar nicht ins Quarantänehotel gebracht werden, sondern direkt ins Krankenhaus. Im Quarantänehotel sind absolut keine Besuchspersonen erlaubt, noch nicht einmal medizinisches Personal.

BT: Sie sind seit 2007 im Para-Sport tätig. Wie sehr hat sich dieser seither verändert?
Hirschmüller: Enorm. Da

hat sich unglaublich viel getan. Die Professionalität hat extrem zugenommen – und das in allen Bereichen, also Material, Trainingsmethodik, Ernährung, aber auch Medizin und Physiotherapie. In meinen Anfangszeiten hatten etwa bei Weltmeisterschaften bestenfalls noch zwei andere Nationen einen Arzt dabei. Das wäre heute undenkbar. Auch die Athleten sind viel professioneller geworden. Sie unterliegen den gleichen Anti-Dopingbestimmungen wie die olympischen Athleten und müssen die gleichen Gesundheitschecks bestehen. Früher waren die meisten Parasportler berufstätig und sind in den Ferien dann ins Trainingslager gefahren. Heute sind es zu einem guten Teil Ganzjahresathleten, die sich akribisch vorbereiten und auch medizinisch bestens betreut werden.

BT: Und die mittlerweile zum Teil bei Zoll und Bundeswehr angestellt sind und in deren Sportfördergruppen trainieren...
Hirschmüller: Genau. Auch das hat es professioneller gemacht. Hinzu kommt, dass auch die Unterstützung der Sporthilfe angeglichen wurde.

Wertvolle Erkenntnisse für alle Gehandicapten

BT: Wie sehr kommen die Erkenntnisse, die man aus dem Spitzensport gewinnt, auch nicht sporttreibenden Behinderten zugute?
Hirschmüller: Im paralympischen Spitzensport werden wertvolle Erkenntnisse für alle Menschen mit Behinderungen gewonnen. Allerdings verläuft der Transfer, also das Umsetzen dieser Erkenntnisse aus dem Spitzensport für die breite Basis, noch nicht optimal. Da ist noch Luft nach oben, obwohl der Deutsche Behindertensportverband in den letzten Jahren viel Positives hat bewirken können.
BT: Wo besteht sonst noch Verbesserungsbedarf?
Hirschmüller: Die Unterstützung der Top-Athleten hat sich, wie erwähnt, sehr positiv entwickelt. Für die Reihe dahinter, gerade für die Athleten, die auf dem Sprung in die Spitze sind, ist das nicht ganz der Fall. Gerade bei der Klassifizierung besteht da noch Verbesserungspotenzial.

Zur Person

Prof. Dr. Anja Hirschmüller ist Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie und leitende Ärztin am Altius Swiss Sportmed Center in Rheinfelden/Schweiz. Seit 2017 ist sie zudem leitende Ärztin des Deutschen Behindertensportverbandes. 2008, 2012, 2016 und 2018 war sie Mitglied des deutschen Paralympicteams in Peking, London, Rio und Pyeongchang. Seit 2018 ist sie zudem Präsidentin des Badischen Behinderten- und Rehabilitations-sportverbandes. 2021 wurde sie von der Gesellschaft für Orthopädisch-Traumatologische Sportmedizin als Sportärztin des Jahres ausgezeichnet.



Anja Hirschmüller. Foto: BBS