

# VOM HANDBALL ZUM ROLLSTUHLBASKETBALL

„ICH MÖCHTE IM LIGAWETTBEWERB SO HOCH KOMMEN, WIE ES GEHT!“



Wer Olaf Schepp telefonisch erreichen will, braucht schon etwas Glück: Zweimal in der Woche ist er als Handballtrainer unterwegs, mindestens ebenso oft fährt er aus dem Saarland ins Basketballtraining nach Trier. Und dann ist da noch das Fitnessstudio, in dem er ebenfalls zwei- bis dreimal wöchentlich trainiert.

Sportlich war Schepp schon immer. 18 Jahre lang spielte er aktiv Handball. Seit einem Motorradunfall im Jahr 2007 auf dem Weg zur Arbeit ist er vom vierten Brustwirbel abwärts querschnittgelähmt und sitzt im Rollstuhl. Dass er seine große Leidenschaft – den Sport – deswegen aufgibt, stand nie zur Debatte. Als ehemaliger Zerspanungsmechaniker nahm die für seine Berufsgruppe zuständige Berufsgenossenschaft Holz und Metall (BGHM) Olaf Schepp in ihre Obhut. Sie betreute ihn in der Reha, baute in seinem Haus einen Aufzug ein, gewährte ihm Zuschüsse für ein behindertengerechtes Auto und zahlt ihm eine monatliche Rente. „Wir unterstützen unsere verunglückten Versicherten auch durch Rehabilitationssport. Gerade bei schweren Mobilitätsbehinderungen,

wie bei Herrn Schepp durch die Querschnittlähmung, ist der Sport besonders wirksam und ermöglicht zusätzlich die Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft“, erklärt Fredi Lahr, Leiter des Bereiches Rehabilitation der BGHM. Deshalb unterstützte die Berufsgenossenschaft ihn auch bei der Anschaffung eines Sport-Rollstuhls. „Die BGHM ist froh, wenn man aktiv ist. Folgekrankheiten wegen der Immobilität sind somit eher ausgeschlossen“, ergänzt Schepp.

## TEAMSPORT ALS ZUSÄTZLICHER MOTIVATOR

Die erste Sportart, der er sich nach der erfolgreich abgeschlossenen Rehabilitation widmete, war das Rennrollstuhlfahren. Fünf bis sechs Mal pro Woche trainierte er bis zu zweieinhalb Stunden. Gänzlich erfüllte ihn der Sport nie, sodass er stets auf der Suche nach einer passenderen Aktivität war. „Bei den Paralympics in London 2012 hat mich Rollstuhlbasketball besonders begeistert. Wer jahrelang das unglaubliche Gemeinschaftsgefühl in einer Mannschaft erlebt hat, kann mit einer Einzelsportart nur schwer glücklich werden“, erklärt Olaf Schepp

seine Entscheidung, das Rennrollstuhlfahren erst einmal zurückzustellen. Der sportliche 42-jährige wagte also die Veränderung. „Die Rollstuhlbasketballmannschaft der Trierer Dolphins hat mich von Anfang an herzlich aufgenommen. Die zugegebenermaßen etwas anstrengende Fahrerei von etwa 100 Kilometer pro Strecke nehme ich daher gerne in Kauf“, gesteht der Saarländer. „Gezielten Muskelaufbau betreibe ich zwei bis drei Mal pro Woche zusätzlich im Fitnessstudio. Da ist zum Glück der Anfahrtsweg nicht allzu weit.“ Sein Team der Regionalliga-Mitte besteht aus insgesamt acht Männern und Frauen, wovon zwei laufen können. Die Regeln sind wie bei Fußgänger-Basketball auch, allerdings gibt es ein bestimmtes Punktesystem nach dem Lähmungsgrad der Spielerinnen und Spieler. Diese Klassifizierung stellt einen Ausgleich zwischen den unterschiedlichen Behinderungsgraden her. So hat eine gänzlich unbehinderte Person beispielsweise einen Wert von 4,5 Punkten. Olaf Schepp zählt hingegen als 1-Punkte-Spieler. Insgesamt darf der Trainer 14,5 Punkte auf fünf Köpfe verteilen.

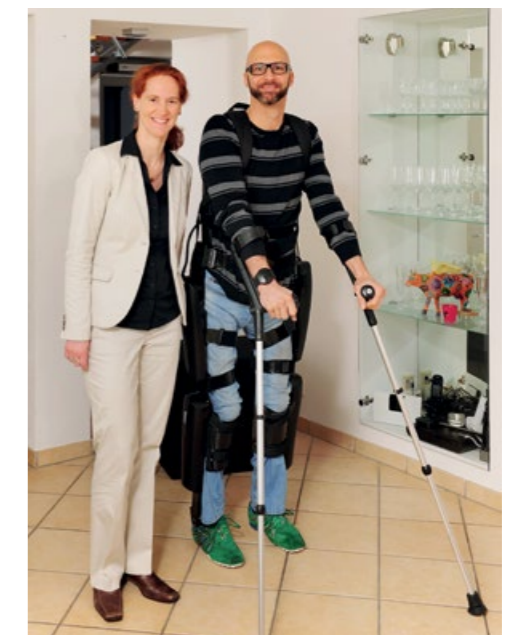
## JE MEHR SPORT, DESTO BESSER

„Der neue Sport gefällt mir sehr gut und motiviert mich, im Ligawettbewerb so hoch zu kommen, wie es geht – vielleicht ist ja sogar die erste Liga drin“, träumt der 42-jährige. Zusätzlich spielt er, manchmal sogar mit seinem 10-jährigen Sohn, bei einer Hobby-Truppe mit. Generell genießt er die sportlichen Ausflüge mit seiner Familie uneingeschränkt in vollen Zügen. Gemeinsame Radtouren sind dank Handbike kein Problem. Auch ins Schwimmbad gehen sie gerne. Sobald Olaf Schepp ins Becken geglitten ist, trägt ihn sein muskulöser Oberkörper beim Tauchen, Brust- und Rückenschwimmen durch das Wasser. Doch natürlich lässt einen jahrelangen Handballspieler sein ursprünglicher Sport nicht los: Seit fünf Jahren trainiert er die Jugendmannschaft seines Sohnes. Zusammen mit einem anderen Trainer kümmert er sich um die E-Jugend des TV Niederwürzbach. „Mein Trainerkollege macht die praktischen Übungen vor. Ich bin währenddessen an seiner Seite und kann die Kids bei der Umsetzung korrigieren. Zu zweit ist es schlichtweg einfacher, die wilde Horde in Zaum zu halten“, erklärt er schmunzelnd.

## „EIN BASKETBALLWURF AUS DEM STAND WÄRE KLASSE!“

„Sein Engagement als Trainer und Spieler in verschiedenen Sportvereinen zeigt sein hohes Interesse am Sport. Seine Motivation in der Rehabilitationsphase und sein konstantes Training für den Muskelaufbau sind beachtlich“, findet Fredi Lahr. Wegen seiner Sportlichkeit hat die BGHM ihm im September 2014 ein besonderes Hilfsmittel ermöglichen können: Als erstem Versicherten in Deutschland hat sie ihm ein Exoskelett finanziert. Der von außen angelegte Rahmen hilft Personen mit Behinderungen der unteren Gliedmaßen aufrecht stehen und gehen zu können. Auf Basis von computergesteuerten Stützapparaten und Bewegungssensoren ermöglicht das System seinen Nutzern unabhängige und kontrollierte Bewegungen, indem es die natürlichen Bewegungsabläufe der Beine imitiert. „Allein schon zu stehen und sich mit Leuten auf Augenhöhe zu unterhalten, löst ein inneres Feuerwerk von Glücksgefühlen aus“, schwärmt Olaf Schepp. „Mein Ziel ist es, alleine zu laufen wie jeder andere Mensch auch. Ein Basketballwurf aus dem Stand wäre Klasse!“

Meike Fredrich



## KONTAKT

Berufsgenossenschaft Holz und Metall  
Isaac-Fulda-Allee 18 | 55124 Mainz  
Pressekontakt: Christiane Most  
Tel: 06131.802 157 34  
[www.bghm.de](http://www.bghm.de)