



Timo Wetz bei der "BG Handbike Challenge" in Tübingen

Rennen in Tübingen: Bring was ins Rollen!

Unterwegs mit dem Handbike

„Das hat richtig gutgetan und Spaß gemacht!“ Timo Wetz hat im Herbst an der „BG Handbike Challenge“, einem Rollstuhl-Rennen für Handbike-Sportler, teilgenommen – und ist auch sonst gerne mit seinem Rad unterwegs.

Eigentlich bin ich eher der Langstreckenfahrer und bringe dabei viele Stunden in der Natur“, sagt Timo Wetz, der seit einem Wegeunfall vor 17 Jahren querschnittsgelähmt ist. „Doch als ich von der Challenge erfahren habe, bin ich neugierig geworden.“ Das Handbike-Rennen fand im Rahmen des 23. Tübinger-Erbe-Laufs im Herbst zum ersten Mal statt. Organisiert wurde es unter anderem von der BG Klinik Tübingen. Mit dabei: Profis, Breitensportler und Handbike-Einsteiger. Die Strecke: ein Rundkurs durch die Tübinger Altstadt, technisch durchaus anspruchsvoll. Das war jedoch kein Problem für den ehemaligen Zerspanungsmechaniker Timo Wetz, der schon bald nach seinem Unfall den Handbike-Sport für sich entdeckt und daher Übung darin hat.

Individuelle Unterstützung

„Das Bike motiviert mich, es ist einfach ein anderes Gefühl als im Rollstuhl: sich in das Liegerad setzen, die Kurbel nach vorne drücken und den Körper einmal richtig durchstrecken! Ich merke nach dem Fahren immer wieder, dass es mir nicht nur geistig, sondern auch körperlich guttut. Toll, dass die BG mir ein Handbike zur Verfügung stellt“, sagt der 44-Jährige, der vor seinem Unfall gerne klettern und reiten war. „Wir unterstützen unsere Versicherten nach Arbeits- und Wegeunfällen langfristig mit allen geeigneten Mitteln. Nicht nur die medizinische und berufliche Rehabilitation gehören zu unseren Leistungen, auch darüberhinausgehende Maßnahmen, wie die Förderung von sportlicher Betätigung“, erläutert Anke Seibel, Reha-Managerin der BGHM. Nach einem Unfall bedeutet dies zunächst Heilbehandlung

und Reha-Sport. „Geeignete Sportarten fördern nicht nur die Beweglichkeit und die Fitness, auch der soziale Gesichtspunkt ist wichtig“, sagt Seibel. „Die Betroffenen lernen Menschen mit ähnlichen Erfahrungen kennen und können sich gegenseitig Tipps geben.“ Daher unterstützt die BGHM auch Freizeit- und Leistungssport durch sogenannte ergänzende Leistungen. „Wichtig ist es zu schauen, welche Einschränkungen und Möglichkeiten der Verunglückte hat und welcher Sport für ihn geeignet ist“, erläutert die Fachfrau. Die Form der Unterstützung ist daher immer individuell und orientiert sich am behinderungsbedingten Mehraufwand.

Etwas sehen und erleben

„Ich arbeite als Fotograf und wenn ich zwischen den Aufträgen Zeit habe, setze ich mich aufs Rad“, erklärt Timo Wetz. Eine Tour ist ihm besonders in Erinnerung geblieben: „Ich war am Bodensee unterwegs, von Meersburg nach Konstanz, über 100 Kilometer an einem Tag“, erzählt er. Regelmäßig dreht Wetz außerdem mit seiner Tochter seine Runden oder fährt mit einem Freund, Zelt und Isomatte im Gepäck, auf den Kanarischen Inseln. „Das Handbike bedeutet für mich: flexibel sein, etwas sehen und erleben!“

Beim Handbike-Rennen in Tübingen wurden Timo Wetz und die anderen Teilnehmenden vom Regen überrascht. Doch das Ausprobieren hat sich gelohnt, findet Wetz. Obwohl es erst sein drittes Rennen war, belegte er den vierten Platz. „Als ich gesehen habe, dass ich im Schnitt fast 30 Kilometer die Stunde erreichte habe, trotz Regen und Steigungen, war ich schon ein bisschen stolz.“

Milena Bähnisch, BGHM

BG HANDBIKE CHALLENGE

Im Jahr 2017 geht die BG Handbike Challenge in die zweite Runde. Weitere Infos in Kürze unter: www.bgu-tuebingen.de

