

„FIT ROLL MIT“ in der Rehabilitationsklinik Tobelbad

Allgemeiner Bericht

Zu den Zielen der rehabilitativen Therapie zählt unter anderem, Patienten und Patientinnen zu motivieren, sich auch nach der Reha sportlich zu betätigen. Eine Möglichkeit hierfür bietet beispielsweise die Veranstaltungsserie „FIT ROLL MIT“, die im Jahr 2002 ins Leben gerufen wurde und seit Beginn an von MitarbeiternInnen der Therapie der Rehabilitationsklinik Tobelbad (AUVA) in Zusammenarbeit mit der Firma CURA-SAN organisiert und durchgeführt wird. An den Tagesveranstaltungen nehmen stationäre und ehemalige Patienten teil. So können die frisch Verletzten von den „alten Hasen“ viel lernen und können erste Kontakte knüpfen.

Hauptsächlich ausgerichtet ist „FIT ROLL MIT“ für Handbiker oder jene, die diese Sportart ausprobieren möchten. Alle, die kein eigenes Bike besitzen, können sich – nach vorheriger Rücksprache – gerne eines vom Organisationsteam ausborgen. Aber natürlich sind auch Freunde und Familienmitglieder, die mit Fahrrädern, Scootern, Inlineskates oder einfach so mit dabei sein wollen, herzlich willkommen. Im Endeffekt geht es um den gemeinsamen Spaß am Sport. Anfangs gab es im Rahmen von „FIT ROLL MIT“ jährlich nur ein Tagesevent; heute zählen mehrere Aktivitäten zu dieser Veranstaltungsserie:

Die Saisonöffnung (Mai) und der Saisonabschluss (Oktober):

Diese finden jeweils samstags am Schwarzl-See in Premstätten statt, beginnen um 10.00 Uhr und enden um ca. 15.00 Uhr.

Die Teilnehmer werden in Gruppen zu ca. 6-8 Personen eingeteilt und sollen gemeinsam eine kleine (2 km) oder große (5 km) Runde zurücklegen. Dabei wird die Zeit gemessen, und die Gruppe, die der Mittelzeit am nächsten liegt, gewinnt.

Im Anschluss daran besteht für jeden die Möglichkeit, Handbikes zu testen und gegebenenfalls noch weitere Runden zu absolvieren.

Beendet wird die Veranstaltung immer mit gemütlichem Beisammensitzen, einem Essen und der Siegerehrung. Mit den Spenden die wir beim Küchenbuffet einnehmen unterstützen wir Teilnehmer beim Kauf eines Handbikes.

Die Nachmittagstreffen im Juni, Juli, August und September:

Zwischen der Saisonöffnung und dem -abschluss trifft man sich jeden ersten (bzw. bei Schlechtwetter zweiten) Dienstag im Monat ab 17.00 Uhr – wiederum am Schwarzl-See. Dabei kann jeder – nach Lust und Laune – beliebig viele Runden um den See fahren und im Anschluss daran den Abend beim gemeinsamen Essen in einem Restaurant ausklingen lassen.

Das Wochencamp im September:

Zusätzlich gibt es noch ein Handbikecamp, welches in Zusammenarbeit mit dem Verband der Querschnittgelähmten Österreichs organisiert wird und im September in Podersdorf stattfindet.

Im Schnitt nehmen bei den beiden Tagesevents 50, bei den monatlichen Treffen 15 und beim Camp 20 Personen teil.

Wer Näheres bezüglich der Veranstaltungen wissen möchte, ist herzlich eingeladen, sich beim Team der Physiotherapie der Rehabilitationsklinik Tobelbad (Ansprechperson Hr. Mag. Michael Wöhrer: michael.woehrer@auva.at) oder der Fa. CURA-SAN (reha.office@cura-san.at) zu melden. Weitere Infos auch unter: www.tobelbader-behindertensport.at.

Das Organisationsteam freut sich bereits auf die nächste Saison und auf viele Teilnehmer – vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen!