

Allgemeines:

Die Sportschule der Bundeswehr und das Zentrum für Sportmedizin der Bundeswehr führen gemeinsam den Lehrgang „Sporttherapie nach Einsatzschädigung“ in Warendorf durch. Lehrgangsteilnehmer sind Soldatinnen und Soldaten, bei denen eine Einschränkung der körperlichen Leistungsfähigkeit infolge einer Einsatzschädigung vorliegt. Mit der sportmedizinischen und sportwissenschaftlichen Expertise beider Dienststellen soll eine größtmögliche körperliche Leistungsfähigkeit, Funktionsfähigkeit und Belastbarkeit für den Lehrgangsteilnehmer erreicht werden. Eine wissenschaftlich anerkannte Grundlage für die physische und psychische Rehabilitation von Menschen mit bleibenden Funktionseinschränkungen ist die Sporttherapie. Die Teilnehmer erfahren individuelle Bewegungs- und Sportangebote sowie entsprechende Trainingsmethoden als Grundlage für die Wiedereingliederung in den Arbeitsprozess und in ihr soziales Umfeld. Zu Beginn des Lehrgangs werden die Teilnehmer umfangreich orthopädisch sowie leistungsdiagnostisch untersucht. Mit dem Ergebnis der Untersuchung können die Experten die Teilnehmer individuell beraten und trainieren. Genutzt werden modernste Untersuchungsmethoden, wie sie auch bei Spitzensportlern und Spezialkräften eingesetzt werden. Ruhe, Entspannung, Spaß und Spiel sind neben dem Training der Kraft, Ausdauer und Koordination feste Bestandteile des Trainings. Hierzu kann auf eine einmalige Infrastruktur der Sportschule der Bundeswehr zurückgegriffen werden. Darüber hinaus werden die Familienangehörigen aktiv in das Lehrgangsangebot integriert, indem beispielsweise an Familienwochenenden teilgenommen werden kann oder eigene Aktivitäten mit den Familien durchgeführt werden. Weiterhin haben die Familienangehörigen die Möglichkeit, die Lehrgangsteilnehmer in der ambulanten Sprechstunde zu begleiten. Am Ende des Lehrgangs wird gemeinsam mit dem gesamten Team erörtert, welche Fortschritte die Teilnehmer gemacht haben und wo die Trainingsschwerpunkte liegen sollten. Die Lehrgangsteilnehmer erarbeiten mit den Trainern gemeinsame Ziele, die sie kurz-, mittel- und langfristig erreichen wollen. Diese Zielvereinbarungen werden dann von allen beteiligten unterzeichnet.

Die Sporttherapeuten und Sportmediziner erstellen einen Trainingsplan und einen ausführlichen Bericht mit Therapieempfehlungen, z. B. für den Physiotherapeuten. Das Ende des Lehrgangs beendet jedoch nicht die Betreuung. Die betroffenen Soldaten werden 3, 6 und 12 Monate nach dem Lehrgang zur Nachkontrolle ihres Trainingszustandes wiederbestellt. Bei Bedarf besteht kann sich jeder Patient nach Terminvereinbarung in der ambulanten Sprechstunde des Sportmedizinischen Instituts der Bundeswehr vorstellen.

Lehrgang „Sporttherapie nach Einsatzschädigung“

Der Lehrgang „**Sporttherapie nach Einsatzschädigung**“ dauert 3 Wochen und wird an der Sportschule der Bundeswehr in Warendorf durchgeführt. Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Teilnehmer begrenzt und bedarf folgender **Lehrgangsvoraussetzungen**:

- Vorliegen einer Einschränkung der körperlichen Leistungsfähigkeit infolge einer Einsatzschädigung
- Ärztliche Empfehlung ausschließlich durch SportMedInstBw nach erfolgter Erstbegutachtung

Der „von Soldaten für Soldaten“ durchgeführte Lehrgang hat zum **Ziel**, dass die Lehrgangsteilnehmer durch die Umsetzung eines ganzheitlichen persönlichen Gesundheitskonzeptes zielgerichtet ihre eingeschränkte körperliche Leistungsfähigkeit verbessern. Weiterhin sollen die Teilnehmer lernen, sporttherapeutische Trainingsmethoden auf ihre individuelle Einschränkung anzupassen und langfristig in den Alltag zu integrieren.

Neben dem Lehrgang „Sporttherapie für Einsatzschädigung“ besteht für einsatzgeschädigte Soldaten die Möglichkeit, am Lehrgang „**spezielle Sporttherapie nach Einsatzschädigung**“ teilzunehmen. Dieser ist auf maximal 6 Teilnehmer begrenzt, dauert je nach ärztlicher Empfehlung eine bis zwei

Wochen und ermöglicht eine sehr individuelle Mischung aus Training und begleitenden physiotherapeutischen Maßnahmen.

„Kameraden für Kameraden“

Der Rehabilitation von im Einsatz verletzten, verwundeten bzw. psychotraumatisierten Bundeswehrangehörigen kommt eine immer größere Bedeutung zu. Anerkannte Bestandteile moderner, ganzheitlicher Rehabilitation sind Sport und Bewegungsprogramme. Unter dem Leitgedanken „Kameraden für Kameraden“ sind Rehabilitationsmaßnahmen an geeigneten Bundeswehreinrichtungen mit entsprechenden Kompetenzen unverzichtbar, um betroffene Soldatinnen und Soldaten wieder einzugliedern und gezielt auf den Arbeitsplatz Bundeswehr vorzubereiten. Die Fürsorgepflicht des Dienstherrn gebietet es, Bundeswehrangehörigen mit bleibenden Schäden und Funktionseinschränkungen ein bedarfsgerechtes, ganzheitliches und praktikables Gesundheitsmanagement zu ermöglichen. Dabei kommt auch nach dem Ausscheiden aus dem aktiven Dienst der Mobilität und Autonomie im Alter eine gewichtige Rolle zu.

Bedeutung und Wirkweise der Sporttherapie

Mit einer gezielten Sporttherapie kann den betroffenen Menschen in anregender Atmosphäre, mit kompetenten Betreuern und Ausbildern sowie mit geeigneten Mitteln des Sports eine wesentliche Hilfe angeboten werden, um gestörte körperliche, psychische und soziale Funktionen zu regenerieren. Damit wird Sekundärschäden vorgebeugt und gesundheitsorientiertes Verhalten gefördert. Diese Sporttherapie beruht auf biologischen Gesetzmäßigkeiten und bezieht besonders Elemente pädagogischer, psychologischer und sozialtherapeutischer Verfahren ein. Schließlich soll damit eine überdauernde Gesundheitskompetenz erlangt werden. Sporttherapie nutzt die Anpassungsfähigkeit biologischer Systeme und führt zu positiven Wirkungen für die körperliche Funktionalität, die Psyche und soziale Situation des Patienten. Sie wird von Sportwissenschaftlern, Sportphysiotherapeuten und Sportmedizinerinnen durchgeführt. Diese setzen trainingswissenschaftliche, pädagogische, psychologische und sozialtherapeutische Erkenntnisse unter Berücksichtigung der individuellen Leistungsfähigkeit und funktionalen Kompetenz um.

Das therapeutische Vorgehen gliedert sich dabei in drei wesentliche Teilbereiche: Handlung, Wissen und Emotion. Ziel ist die Verbesserung konditioneller Eigenschaften (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit einschließlich koordinativer Fähigkeiten), die Vermittlung von Wissen über gesundheitsorientiertes Verhalten und trainingsphysiologischer Grundlage sowie das Erreichen einer hohen Eigenmotivation zur Umsetzung und Beibehaltung bzw. Fortführung erlernten Gesundheitsverhaltens sowie Trainingsmaßnahmen. Die so gewonnene Handlungskompetenz stellt eine entscheidende Grundlage für den Rehabilitationsprozess und die weitgehende Normalisierung im Alltag dar. Körperliches Training kann abhängig von den erlittenen Schädigungen bereits zu einem frühen Zeitpunkt des Rehabilitationsprozess angewendet werden. Durch oft wochen- oder monatelange Bettlägerigkeit, vielfache Operationen, Schmerzen sowie physischen und psychischen Schäden leiden im Einsatz Verletzte und Verwundete unter erheblichen körperlichen Defiziten und seelischen Belastungen. Zentrales Anliegen aller Bemühungen muss es sein, sowohl für Betroffene selbst als auch für ihre Angehörigen, größtmögliche Normalität im Alltag herzustellen und dadurch ein allgemeines Erkrankungsrisiko, z. B. durch Adipositas, Stoffwechselerkrankungen und Bluthochdruck zu vermeiden. Für die Aufnahme eines solchen Trainings ist entsprechende Diagnostik, gezielte Anleitung und Überwachung einschließlich trainingstherapeutischer Interventionen zwingend erforderlich. Hierzu bedarf das jeweils durchführende Personal der Unterstützung durch kompetente und einsatzerfahrene Mitglieder des psychosozialen Netzwerkes. Die hier beschriebenen Rahmenbedingungen und unverzichtbaren Elemente einer qualitativ hochwertigen Sporttherapie sind hier am Standort gegeben und werden gemeinsam durch die Sportschule der Bundeswehr und das Sportmedizinische Institut der Bundeswehr von Kameraden für Kameraden durch die verschiedenen Betreuungsmöglichkeiten und Lehrgänge für Einsatzgeschädigte durchgeführt.

Im Rahmen der Lehrgänge betriebene Sportarten

Im Rahmen der beiden Lehrgangsmodele wird eine Vielzahl unterschiedlicher Sportarten durchgeführt. Vor dem Hintergrund der Zielsetzung wieder fit für Alltag und Dienst zu werden, handelt es sich dabei überwiegend um gesundheitsförderliche Sportarten aus den Bereichen des Ausdauertrainings und des Krafttrainings. Aber auch koordinativ fordernde Sportarten spielen eine große Rolle.

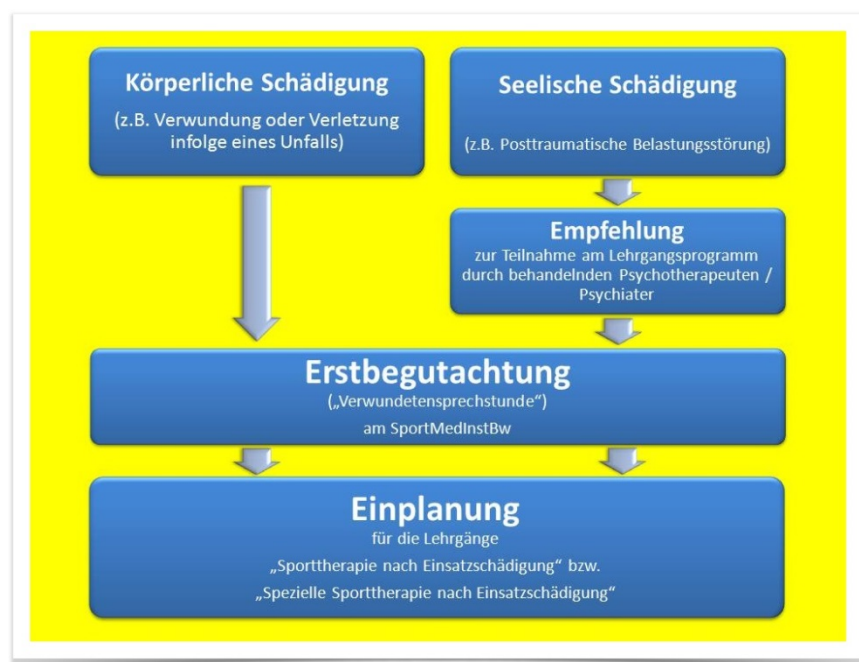
Die folgende Aufzählung nennt die wichtigsten Sportarten des Lehrgangskonzeptes:

- allgemeines Koordinationstraining
- Aquajogging
- Aquaspinning
- Crossgolf und Swingolf
- Ergometertraining (Spinning und Rudern)
- Fahrradfahren
- funktionelles Kräftigungstraining (überwiegend ohne Gerät)
- Geocaching
- Goalball
- Kanufahren (*jahreszeitabhängig*)
- Koordinationstraining
- Laufen
- Nordic Walking / Walking
- Schwimmen
- therapeutisches Bogenschießen
- Rollstuhlbasketball
- Sitzvolleyball

Der Weg in das Programm

Um an den Lehrgängen "Sporttherapie nach Einsatzschädigung" und "Spezielle Sporttherapie nach Einsatzschädigung" teilnehmen zu können, wird in einer Erstbegutachtung am Sportmedizinischen Institut der Bundeswehr festgestellt, ob sich das Lehrgangsangebot für den Patienten eignet.

Kameraden mit vorrangig seelischer Schädigung benötigen vor der Erstvorstellung im Sportmedizinischen Institut eine positive Stellungnahme zur Lehrgangsteilnahme vom behandelnden psychologischen Psychotherapeuten oder Psychiater der Bundeswehr. Terminvereinbarungen für die Erstgutachtung können über die untenstehenden Kontaktdaten abgesprochen werden.



Das Team

Die Gruppe Sporttherapie nach Einsatzschädigung besteht aus sechs Dienstposten:

- zwei Truppenoffiziere mit sportwissenschaftlichem Studienabschluss
- eine Psychologin
- eine Masseurin / medizinische Bademeisterin
- ein Organisationsfeldwebel
- ein Organisationssoldat



(Quelle: Sportschule der Bundeswehr / Hubert Kemper)

Weitere Informationen

Weiterführende Informationen zu den Lehrgängen für Einsatzgeschädigte

1. ["Sport als Medizin" - Homepageartikel des Sanitätsdiensts vom 26.10.2012](#)
2. ["Aktiv Heilung suchen" - Homepageartikel des BMVg vom 05.09.2012](#)
3. ["Pilotlehrgang für Einsatzgeschädigte geht in die zweite Runde" - Homepageartikel des Sanitätsdiensts vom 02.04.2012](#)
4. ["Pilotlehrgang bietet gesundheitliche Perspektive" - Homepageartikel des Sanitätsdiensts vom 13.10.2011](#)
5. ["Neuer Lehrgang an der Bundeswehrsportschule zur Einsatznachbereitung für verwundete Soldaten" - Zeitungsartikel der Westfälischen Nachrichten vom 04.11.2011](#)
6. ["Zurück ins Leben" - Homepageartikel aus DIE ZEIT vom .12.2013](#)

Weiterführende Informationen zu den betreuten Sportsondveranstaltungen für Einsatzgeschädigte und behinderte Soldaten

1. [„Invictus Games London“: Deutsche Delegation startet bei Paralympics für Soldaten](#)
2. [Ride 2 Recovery 2014 in der Normandie](#)
3. [Sportausbildung, Spitzensport und Sporttherapie: Ministerin in Warendorf](#)

4. [United States Marine Corps Trials 2014](#)
5. ["Sporttherapie-Gruppe der Bundeswehr sichert sich zweiten Platz bei Rollstuhlbasketballturnier" - Homepageartikel der Streitkräftebasis vom 10.02.2014](#)
6. [Sammlung mehrerer Homepageartikel zur 1. Offenen integrativen CISM Leichtathletik-Europameisterschaft - Homepage der Streitkräftebasis im September 2013](#)
7. ["Deutsche Delegation erneut beim Ride 2 Recovery" - Sammlung von Homepageartikeln der Streitkräftebasis vom Juli 2013](#)
8. ["Erfolgreich – trotz Handicap" - Homepageartikel des BMVg vom 31.05.2013](#)
9. ["US Marine Corps Paralympic Style Trials 2013" - Sammlung von Homepageartikeln der Streitkräftebasis vom März 2013](#)
10. ["Sportlich helfen" - Homepageartikel der Streitkräftebasis vom Juli 2012](#)

Förderverein zur Unterstützung der Arbeit mit Verehrten am Zentrum für Sportmedizin der Bundeswehr (FUAV)

Der am 27.02.2014 gegründete Förderverein führt den Namen "Förderverein zur Unterstützung der Arbeit mit Verehrten am Zentrum für Sportmedizin der Bundeswehr", kurz: FUAV und hat seinen Sitz in Warendorf. Der Förderverein unterstützt die Arbeit mit Verehrten in materieller und ideeller Weise, durch:

- Beschaffung spezieller behindertengerechter Sportgeräte
- Maßnahmen zur Betreuung Angehöriger
- Teilnahme an internationalen und nationalen Sportwettkämpfen
- Internationale Austauschprogramme für Verehrte
- Die Kooperation mit Verehrtenprojekten unserer NATO-Partner
- Presse- und Öffentlichkeitsarbeit zum Thema Teilhabe

"Immer gemeinsam, mit Mut und Bewegung", so lautet das Motto der kontinuierlichen fachübergreifenden medizinischen Betreuung am Zentrum für Sportmedizin der Bundeswehr in Warendorf. In Kooperation mit der Sportschule der Bundeswehr werden Bundeswehrangehörige mit schweren körperlichen und seelischen Behinderungen behandelt, beraten und trainiert. "Zurück ins Leben". Sport ist Teilhabe, Training ist Lernen. Bewegung ist ein Geschenk! Glück und Gesundheit sind keine Normalzustände!

Kontakt

| Sportschule der Bundeswehr | Zentrum für Sportmedizin der Bundeswehr | Förderverein |
|---|---|--|
| <i>Gruppe Sporttherapie nach Einsatzschädigung</i> | <i>Zentrale Anmeldung</i> | <i>FUAV</i> |
| Tel: 02581-9411-4574 | Tel: 02581-9411-4611 | Tel: +49 (0) 2241 94 49 757 |
| Email: Sporttherapie@bundeswehr.org | Email: ZSportMedBwZentraleAnmeldung@bundeswehr.org | Hauptstr. 165c, 53842 Troisdorf |
| | | Internet: www.fuav.de |
| | | Email: info@fuav.de |