

# Spitzensport und Breitenspitze

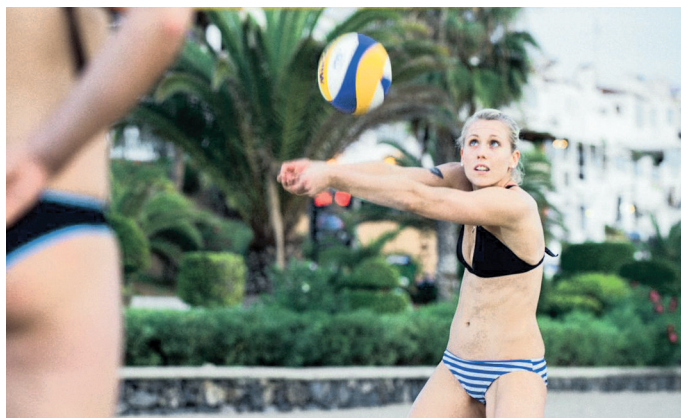
## Erstklassig im Wettbewerb und im Alltag



**Michél Schneider** (26) ist Ringer und tritt in der Gewichtsklasse 66 kg im Freistil an. Er war 2007 Deutscher Juniorenmeister und hat es bei den Senioren in seiner Gewichtsklasse bis zum Deutschen Vizemeister geschafft. Der Ringer trainiert bei **remedia**.



**Andrea Petkovic** (26) machte 2007 in Darmstadt ihr Abitur mit einem Notendurchschnitt von 1,2. Als Tennisprofi studiert sie heute nebenher Politikwissenschaft an der Fernuniversität in Hagen. In ihrer Karriere gewann sie bisher zwei WTA-Turniere im Einzel, 2009 in Bad Gastein und 2011 in Straßburg. Außerdem sicherte sie sich acht Einzel- und drei Doppeltitel bei ITF-Turnieren. 2007 und 2009 wurde sie Deutsche Meisterin. 2011 war sie erstmals unter den Besten 20 der Welt. Ermüdungsbruch, Bänderriss und Knieverletzung warfen sie zurück. In ihrer Rehabilitation war **remedia** ein wichtiger Baustein.



**Karla Borger** (25) ist Volleyball- und Beachvolleyballspielerin. Mit ihrer Partnerin Britta Bütthe wurde sie 2010 Studenten-Weltmeisterin im Beachvolleyball. In diesem Jahr gelang es, sich bis ins Finale der Weltmeisterschaft zu spielen. Sie ist nun Vizeweltmeisterin und trainiert bei **remedia**.

### Wer träumt nicht davon, im Sport auf dem Siegerebenen zu stehen?

Millionen Menschen bemühen sich zum Beispiel als Fußballer, als Skifahrer, als Tennisspieler oder als Handballer ihre Bestes zu geben, und dann die ärgerliche Sportverletzung, die um Monate zurückwirft. Muskelverletzung, Bänderruptur, Bandscheibenverletzung, Ermüdungsbruch – die Liste der möglichen Sportunfallverletzungen ist lang.

Winston Churchill sagte den vielfach zitierten Kommentar „No Sports“. Im Deutschen wurde daraus „Sport ist Mord“. Nicht selten kommt dies Gefühl auf, wenn sich Ungeübte vor Trainingseifer sprühend zum ersten Mal so richtig an einem Übungsgerät austoben. Oder wenn Feierabend-Sportler, die Medaillen vor dem geistige Auge, sich überfordern. Aber auch die

Profis müssen erfahren, dass im Eifer der sportlichen Anstrengung der Körper signalisiert, wenn eine Belastungsgrenze erreicht ist. Sportwissenschaftler und Physiotherapeuten wissen heute eine ganze Menge über das Wunderwerk des menschlichen Körpers, in dem alles zur gleichen Zeit einfach und kompliziert ist. Das Zusammenspiel vieler Komponenten will erst einmal erfasst und gewusst sein.

Im Gesundheitszentrum **remedia** in Darmstadt hat man Erfahrung sowohl mit Spitzensportlern als auch mit Alltagspatienten. Inhaber Thomas Hein (48) ist ehemaliger Bundesligaprofi, Diplom-Sportwissenschaftler, ausgebildeter Sporttherapeut und besitzt die Trainer A-Lizenz des Deutschen Handballbundes.

„Wir betreuen erstklassig. Sowohl den erstklassigen Sportler als auch den Freizeitsportler, der von unserem erstklassigen Konzept profitiert.“

**remedia** wurde aus der Tradition der ersten ambulanten Rehabilitationszentren in Deutschland entwickelt und steht für ein individuelles, ganzheitliches und multimodales Behandlungs-

konzept, welches ursprünglich für den Profisportbereich entwickelt wurde. Es hat sich seit nunmehr 20 Jahren insbesondere bei komplexen Schädigungen, bei Sportunfallverletzungen des Haltungs- und Bewegungsapparates bewährt. Es wird seitdem von allen Berufsgenossenschaften empfohlen.

Wir haben drei Spitzensportler während ihres Aufenthaltes im **remedia** Therapie- und Reha-Zentrum gefragt, was Alltagspatienten von Spitzensportlern lernen können.

### Andrea Petkovic

„Ich denke, was Alltagspatienten am ehesten von Spitzensportlern mitnehmen können ist die eiserne Disziplin, mit der wir arbeiten müssen, um schnellstmöglich wieder fit zu werden und sobald wie möglich wieder auf dem Platz stehen zu können.“

### Michél Schneider

„Alltagspatienten können in der persönlichen Einstellung etwas von Spitzensportlern lernen, denn durch Disziplin und Durchhaltevermögen kommt man seinem Ziel, was man auch als Alltagspatient immer vor Augen haben sollte, schneller und einfacher näher. Sich nach einer größeren Verletzung oder OP zu rehabilitieren ist für alle Menschen wichtig. Da unterscheiden sich Spitzensportler und Alltagspatienten kaum. Familie, Beruf und Hobby hat jeder Patient und dafür sollte

es sich immer lohnen, gesund zu werden bzw. zu bleiben.“

### Karla Borger

„Wir Sportler haben ein Ziel vor Augen, dass wir mit viel Eigenmotivation verfolgen. Unser Körper ist unser Kapital, dass gilt nicht nur bei uns auf dem Feld, sondern auch am Schreibtisch.“

### Können Spitzensportler auch von Alltagspatienten lernen?

### Andrea Petkovic

„Wir können von Alltagspatienten lernen, definitiv den Spaß nicht zu vergessen und nicht zu verbissen zu werden. Man muss die perfekte Balance finden, damit die Heilung so schnell wie möglich voran geht. Und ein kleines Schwätzchen zwischendurch schadet nicht ;)“

### Michél Schneider

„Geduld ist das, was ein Spitzensportler nicht unbedingt hat, da er so schnell wie möglich wieder fit sein will und muss. Hier könnten Spitzensportler noch etwas von Alltagspatienten lernen. Manchmal braucht eine Verletzung doch längere Zeit als man wahr haben will, um nicht dem bisher erreichten Genesungszustandes wieder entgegen zu wirken.“

### Karla Borger

„Bei **remedia** zu trainieren macht mir persönlich immer Spaß, weil so manche Patienten durch ihre gute Laune einige Wehwehchen in Vergessenheit geraten lassen.“

**remedia** auf der Gesundheitsmesse Darmstadt. Am 12. und 13. Oktober im Kongresszentrum Darmstadtium.

Stand Nr. **110**

**remedia** als Brückenbauer

Bei **remedia** steht das Fachwissen vieler Gesundheitsberufsgruppen bereit, um es individuell einzusetzen. Das kommt dem Spitzensportler genauso zugute wie dem Halb-Profi oder dem Freizeitsportler. Alle finden sich bei **remedia** wieder. **remedia** baut die Brücken zwischen Fachwissen und gesundem Verhalten, was zur Spitzenleistung im Wettbewerb und auf dem Freizeitplatz führt.

[www.zentrum-remedia.de](http://www.zentrum-remedia.de)

### remedia

Kasinostraße 36  
64293 Darmstadt  
T. 06151-397679-0

Dieburger Str. 30  
64287 Darmstadt  
post@zentrum-remedia.de

**remedia**  
Rehabilitation, Physio-, Sport- & Wirbelsäulentherapie