

«Beim Klettern können die Kinder richtig über sich hinauswachsen»

Vor Kurzem haben wir bei der Finanzierung einer neuen Kletterwand geholfen. Diese steht bei der rundum hock n'roll orthea AG in Liebefeld (BE) und kann von kleinen und grosse Kletterern mit Beeinträchtigung genutzt werden. Marina Müller ist Physiotherapeutin, Instruktorin für Indoorklettern und gibt Therapeutisches Klettern sowie Kletterkurse für Kinder mit einem Handicap an der neuen Kletterwand.

Was ist denn der Unterschied zwischen therapeutischem Klettern und den Kletterkursen für Kinder mit Handicap? Therapeutisches Klettern ist eine anerkannte Therapieform, welche die Koordination und Motorik fördert und die Kraft und Ausdauer trainiert. Therapeutisches Klettern vermittelt den Kletterern ein



Marina Müller ist Physiotherapeutin und Kletterinstructorin und gibt neben Therapeutischem Klettern auch Kletterkurse für Kinder.

ganz neues Körpergefühl und fördert das Selbstvertrauen. Anders als beim Sportklettern steht beim Therapeutischen Klettern aber nicht das eigentliche Kletternlernen im Vordergrund, sondern die durchgeführten Übungen und therapeutischen Massnahmen. Therapeutisches Klettern wird teils von den Sozialversicherungen übernommen.

Bei den Kletterkursen für Kinder mit Handicap steht ganz klar der Klettersport im Vordergrund. Ich schlüpfe dann in die Rolle der Kletterinstructorin und bringe Kindern mit einer Beeinträchtigung den

Klettersport näher. Dabei verfolge ich keinen therapeutischen Ansatz, sondern möchte den Teilnehmerinnen und Teilnehmern einfach nur die Freude am Klettersport weitergeben.

Diese Kurse werden nicht von der Kasse übernommen und sind leider relativ teuer, weil sie auch viel aufwendiger sind für mich als Instruktorin. Kletterschüler mit Beeinträchtigung brauchen mehr Aufmerksamkeit und Begleitung. Zum Glück gibt es Institutionen wie die Stiftung Cerebral, die die Familien finan-

ziell unterstützen und ihnen damit in vielen Fällen eine Teilnahme ihres Kindes überhaupt erst möglich machen.

Warum sind Kletterkurse für Kinder mit Beeinträchtigungen so wichtig?

Das Schöne beim Klettern ist, dass jedes Kind über sich hinauswachsen kann, egal wie stark seine Einschränkungen sonst sind. Ich hatte schon Kinder im Kurs, die nicht laufen konnten, an der Kletterwand aber alleine mit der Kraft ihrer Hände in Windeseile die ganze Kletterwand erklimmen. Ich staune immer wieder, wie engagiert die Kinder bei der Sache sind und wie riesig der Stolz ist, wenn sie merken: Ich kann das!

Hinzu kommt noch etwas Anderes: Nämlich dass sich die Teilnehmer in den Kursen gegenseitig sichern. Auch das ist ein wertvolles Zeichen, denn für viele Kinder ist es das erste Mal, dass ihnen eine solche grosse Verantwortung übertragen wird. Das steigert das Selbstwertgefühl enorm. Und nicht zuletzt erleben die Teilnehmer in der Kletterwand eine Perspektive, die ihnen sonst aufgrund ihrer Beeinträchtigung oft verwehrt bliebe. Sie können bis an die Decke hinaufklettern und einmal so richtig auf alle anderen hinabschauen. Das macht eine Menge Spass und wenn ich jeweils ihre strahlenden Augen sehe, sind das richtige Gänsehautmomente.

Was ist an der neuen Kletterwand hier so besonders?

Die Kletterwand bietet ganz neue Mög-

lichkeiten. Nur schon, weil sie genau auf die Bedürfnisse von Kletterern mit Beeinträchtigung ausgelegt wurde. So gibt es beispielsweise viel mehr und zum Teil auch spezielle Haltegriffe, zudem wurde ein Teil der Wand weniger steil gestaltet. Das erleichtert das Klettern mit Handicap, weil es viel weniger anstrengend ist, als sich an einer vertikalen Wand hochzuhieven. In der neuen Kletterwand gibt es auch mehr Sicherungsmöglichkeiten als bei herkömmlichen Indoor-Kletteranlagen. Ein weiterer Vorteil ist, dass es hier im Gegensatz zu herkömmlichen Kletterhallen sehr ruhig ist und viel Platz hat. Das hilft den Kindern, sich voll und ganz aufs Klettern konzentrieren zu können.

Was ich auch wichtig finde: dass die Teilnehmer keinen Eintritt bezahlen müssen um die Wand zu nutzen. Das ist in anderen Kletterhallen anders, und die Preise sind oftmals ziemlich happig. Da ja schon die Kletterkurse an sich relativ teuer sind, bin ich sehr froh dass wir so das Budget der Eltern ein bisschen entlasten können. Die Orthopädiefirma Rundum ortho wollte bewusst eine Kletterwand schaffen, die möglichst vielen Kletterern mit Handicap offensteht, und das ist ihr meiner Meinung nach gelungen

Ich bin der Stiftung Cerebral sehr dankbar, dass sie bei der Finanzierung der neuen Kletterwand geholfen hat und so vielen Kindern mit Beeinträchtigung das Kletternlernen ermöglicht.

Wie gross ist die Nachfrage nach Kletterkursen für Kinder mit Beeinträchtigung?

Die Nachfrage wird immer grösser! Ich veranstalte schon seit einigen Jahren Kurse für Kinder und auch solche für Erwachsene mit Handicap, und gerade bei den Kursen für Erwachsene stelle ich ein erhöhtes Interesse fest. Die Kinderkurse waren schon immer sehr beliebt, ich musste eigentlich nie einen Kurs absagen weil ich zu wenig Anmeldungen gehabt hätte – meistens waren es eher zu viele

Kinder, die gerne mitmachen wollten. Ich führe auch immer wieder Kurse für Therapeutinnen und Therapeuten durch: auch hier wird die Nachfrage immer grösser, weil auch in Institutionen vermehrt kleine Kletterwände eingerichtet und für Therapien genutzt werden.

Mit welchen Beeinträchtigungen kann man einen Kletterkurs besuchen?

Es gibt ein paar Voraussetzungen, die erfüllt sein müssen, damit man Klettern lernen kann. So ist es wichtig, dass genügend Kraft und Koordinationsfähigkeit vorhanden sind, um sich beim Klettern an den Griffen zu halten. Zudem sollte man über längere Zeit genügend Aufmerksamkeit aufbringen können, um sich voll und ganz aufs Klettern zu konzentrieren und nicht zu schnell ablenken zu lassen. Im Zweifelsfalle lohnt es sich aber auf jeden Fall, es einfach einmal auszuprobieren. Meistens wird relativ schnell klar, ob ein Kletterkurs möglich ist und es kommt nicht selten vor, dass gerade Kinder sich selbst und auch alle anderen überrassen und trotz eher schwerem Handicap erstaunlich schnell klettern lernen.