

## Tischtennis-Bundesliga goes Ping Pong Parkinson: In Ober-Erlenbach trainieren Senioren gemeinsam mit Parkinson-Patienten



Trainer Heinz Sommer (rechts) mit Ping Pong Parkinson-Vorstand Harry Wissler

Ein Leben ohne Tischtennis? Für den ehemaligen Bundesliga-Spieler Heinz Sommer ist das unvorstellbar. Früher machte der gebürtige Södeler bei verschiedenen Vereinen selbst die wichtigen Punkte - heute zeigt er anderen, wie man den Gegner effektiv in Bedrängnis bringt. Bei Heinz Sommers „Schülern“ handelt es sich um eine spielfreudige Mischung aus Senioren und Parkinson-Patienten. Einzelheiten erfahren wir im Gespräch mit Heinz Sommer.

*Redaktion: Welche Beziehung haben Sie zum Tischtennis? Wann und wie haben Sie den Sport für sich entdeckt?*

HS: Meine ersten Versuche an der Platte habe ich in der Kirche unternommen. Damals war ich dreizehn Jahren alt. In der Sakristei stand ein Tisch, an dem der Pfarrer und wir Messdiener unmittelbar nach dem

Gottesdienst unsere Kräfte messen konnten. Der Schritt in den Tischtennisverein in Wölfersheim war von dort nicht mehr weit.

*Redaktion: Welche Rolle hat Tischtennis in Ihrem weiteren Leben gespielt?*

HS: Ich hatte Glück, denn schon bald stellten sich erste Erfolge ein. Mit 18 Jahren wurde ich Deutscher Vizemeister in der Jugend, ein Jahr später gab ich mein Debut in der Bundesliga. Tischtennis war in kürzester Zeit ein fester Bestandteil meines Lebens geworden. Und das ist es auch heute noch.

*Redaktion: Inzwischen haben Sie allerdings die Seiten gewechselt und sind als Trainer tätig. Wie kam es der zu der Zusammenarbeit mit Ping Pong Parkinson?*

HS: Die Seniorengruppe des TTCOE gibt es bereits seit 2019. Kurze Zeit später wurde unser Vorstandsvorsitzender von Harry Wissler, einem der Gründungsmitglieder von PPP (Ping Pong Parkinson), gefragt, ob Interesse an einer Partnerschaft bestünde. Unser Vorstand sagte spontan „Ja“, traf die notwendigen Absprachen und so konnten wir bereits im Februar 2020 starten.

*Redaktion: Und Sie wurden gebeten, das gemeinsame Training zu leiten? Hatten Sie denn vorher schon einmal mit Parkinson-Patienten zu tun?*

HS: Nein. Weder in meiner Familie noch in meinem Freundeskreis gab es Betroffene. Ich hatte vermutlich das gleiche Bild vor Augen, wie die meisten von uns: einen älteren, zitternden Mann mit schlurfendem Gang und gebeugtem Oberkörper.

*Redaktion: Haben Sie dieses Bild inzwischen revidiert?*

HS: Oh ja – und das ging viel, viel schneller als erwartet. Inzwischen weiß ich, dass sogar Jugendliche und selbst Kinder von der Krankheit betroffen sein können. Und dass kein Parkinson dem anderen gleicht.

*Redaktion: Was bedeutet das genau?*

HS: Das heißt, dass jeder Patient eine eigene Krankengeschichte hat. Die Art der Symptome, ihre Kombination, ihre Intensität – all das ist bei jedem Erkrankten unterschiedlich.

*Redaktion: Und warum sind Sie – und viele Mediziner übrigens auch - der Meinung, dass gerade Tischtennis so ideal für Menschen mit diesem Krankheitsbild ist?*

HS: Beim Tischtennis ist der gesamte Bewegungsapparat gefordert, von Kopf bis Fuß. Das Reaktionsvermögen ist dabei ebenso wichtig wie eine möglichst gut funktionierende Motorik. Und ohne „Köpfchen“, also ohne einen durchdachten Spielaufbau und ein Erkennen der Stärken und Schwächen des Gegners, ist es sehr schwer, eine Partie zu gewinnen.

*Redaktion: Was halten Sie von Turnieren für Betroffene? Anfang September finden in Nordhorn die Offenen Deutschen Meisterschaften statt und nur eine Woche später bittet Berlin zur Parkinson-Weltmeisterschaft. Bringen solche Meisterschaften nicht sehr viel Stress für die Spieler mit sich?*

HS: Bei diesen Turnieren steht nicht die sportliche Leistung im Vordergrund, sondern das gesellschaftliche Miteinander. Das Kennenlernen anderer Betroffener und das gemeinsame Erleben und Feiern. All das trägt zur Motivation der Erkrankten bei und wirkt weit über die eigentliche Veranstaltung hinaus. Und das ist das, was zählt.

*Redaktion: Um noch einmal auf das Training zurückzukommen: Gibt es in Ihrer Gruppe noch freie Plätze und wenn ja, wann trainieren Sie?*

HS: Wir freuen uns über jeden, der sich uns anschließen möchte. Platz haben wir auch noch. Mittwochs und freitags wird von 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr in der Wingert-Sporthalle trainiert – eine Anmeldung ist nicht notwendig, einfach vorbeikommen.

*Redaktion: Danke für das Gespräch!*

Der Verein **Ping Pong Parkinson** wurde im Februar 2020 gegründet. Das erklärte Ziel der Initiative ist neben der sportlichen Seite vor allem auch ein gesellschaftlicher Aspekt. Betroffene sollen über den Spaß am Spiel aus der Isolation gelockt werden. Innerhalb von nur 18 Monaten entstanden in Deutschland etwa 80 Standorte, weitere sind in Planung. TT Bundestrainer Jörg Roßkopf hat die Schirmherrschaft für den Verein übernommen, dessen außergewöhnliche Erfolgsgeschichte vielen Parkinson-Patienten zugute kommt. Infos bei **Harry Wissler: [harry@pingpongparkinson.de](mailto:harry@pingpongparkinson.de)**.

Text:

Jutta Ahmerkamp-Böhme für Ping Pong Parkinson

[j.a-b@t-online.de](mailto:j.a-b@t-online.de)

Bad Camberg 07/2021