

Stadtmeisterschaft beginnt bald

Schach: Auch Hobbyspieler können in Löhne mitmachen

Löhne. Wie jedes Jahr veranstaltet die Schachgemeinschaft Löhne wieder eine offene Stadtmeisterschaft. Jeder Schachinteressierte kann kostenlos und unverbindlich teilnehmen.

Es wird nach Schweizer System ausgelost, bei dem immer punktgleiche Spieler gepaart werden, um allen Teilnehmern gleichwertige Gegner zu bieten. Gespielt wird je-



Titelverteidiger: Dag Grothe wartet auf den nächsten Herausforderer. Foto: SG Löhne

weils am Freitagabend ab 20 Uhr im Keller der AWO-Tagesstätte Mennighüffen, Am Kreuzkamp 3 hinter der Volksbank. Die Termine für die Runden sind der 23. Februar, 8. und 22. März, 12. und 26. April, 24. Mai und 7. Juni. Zwischen den Runden liegt jeweils eine Nachholrunde. Falls also ein Spieler an einem Termin keine Zeit hat, kann er seine Partie noch eine Woche später spielen. Auch ein späteres Einsteigen ins Turnier oder Überspringen von Runden ist durch das flexible Turniersystem möglich.

Auch Hobbyspieler, die einmal ins Turnierschach hinein schnuppern möchten, oder Spieler anderer Vereine sind eingeladen mitzuspielen. Einzige Voraussetzung ist die sichere Beherrschung der Schachregeln.

Anmeldungen sind möglich bei Manuel Rüter unter info@sg-loehne.de oder der Telefonnummer (0 57 32) 9 76 60 50. Wer zur ersten Runde rechtzeitig da ist, kann auch noch kurzfristig mitspielen.

Baskets siegen im Spitzenspiel

Basketball: Bad Oeynhausener U-16-Team steht nun vor dem Titelgewinn

Bad Oeynhausen. Im absoluten Topspiel der offenen Basketball-Kreisliga Ostwestfalen setzte sich die U-16-Mannschaft der Bad Oeynhausen Baskets als Tabellenführer mit 72:42 gegen den Rangzweiten TuSpo 09 Rahden durch.

Schon im ersten Viertel war das spielerische Niveau sehr hoch. Die aggressive Verteidigung der Rahdener wusste in den ersten Minuten vor allem der Bad Oeynhausener Center Viktor Wagner zu durchbrechen. Nach fünf Minuten standen acht Punkte ohne Fehlwurf auf seinem Konto. Nach einem 11:0-Lauf der Gäste nahm Bad Oeynhausen eine Auszeit, in der die defensiven Defizite besprochen wurden und auf eine Pressing-Verteidigung umgestellt wurde. Der Rahdener Topscorer spielte derweil munter auf und erzielte mehrere Drei-Punkte-Würfe – es sah so aus, als ob er sich ein Privatduell mit dem Bad Oeynhausener Kapitän Jona Deutschmann lieferte, beide stachen durch hohe Trefferquoten und individuell starke Aktionen heraus. Kurz vor der Pause schickte Jarno Rocktäschel mit einigen starken Defensivaktionen seine Mannschaft mit einer Sechs-Punkte-Führung in die Pause.

Danach zeigte sich ein unverändertes Bild, es war ein Spiel der „Läufe“ beide Mann-

schaften, die immer wieder jeweils starke Einzelphasen starteten und sich so bei einer zwischenzeitlich fast ausgeglichenen Spielgestaltung nichts schenken.

Im letzten Spielabschnitt zeigte Bad Oeynhausen wahre Meisterklasse. Nachdem Tim Dück einen Dreier gegen zwei Verteidiger traf, war der Rest ein „Schaulaufen“. Der Rahdener Trainer versuchte mit drei Auszeiten im letzten Viertel den Lauf der Gastgeber zu stoppen. Doch es half nichts: Bad Oeynhausen zog konsequent davon. Nach dem Schlusspfiff brach großer Jubel aus, Spieler und Trainer lagen sich in den Armen. Baskets-Trainer Matthes Nuener freute sich: „Das war ein Fest in eigener Halle, ich bin einfach super erleichtert, dass es so gut geklappt hat. Heute haben alle an einem Strang gezogen. Diese Mannschaft ist schon ein verschworener Haufen, in dem Jeder für den Anderen einsteht und lämpft – das macht mich einfach stolz!“

Sollte Bad Oeynhausen sich keine unerwarteten Patzer mehr leisten, steht der ersten Meisterschaft nach sieben Jahren nichts mehr im Wege.

Dabei waren: Rocktäschel, Deutschmann, Hossain, Wagner, Da Silva, Da Silva, Kelmene, Hesse, Dück, Frank, Kattner und Bajrami.

C-Jugend verliert

Die Handball-C-Jugend des HCE Bad Oeynhausen unterlag der HSG Porta deutlich mit 28:51 (14:29). Die körperlich und spielerisch überlegenen Gäste waren von Anfang an überlegen. Nach schlechter erster Halbzeit zeigten die HCE-Jungs noch einige gute Aktionen. Haupttorhüter war Jaro Smaczny. Die Mannschaft bildeten Kjell Pohlmann; Jaro Smaczny (11), Lutz Depenbrock (6), Lars Bogatz (1), Erik Bergen (4), Finn Tellström (1), Justus Grove (3/1), Marko Bergen (1), Luca McLaughlin (1) und Arved Stork (1).

Dirk Kröger

Bad Salzuflen/Bad Oeynhausen. Parkinson ist eine tückische Krankheit. Vor allem im höheren Lebensalter machen sich häufig kleine Einschränkungen in der Bewältigung von Alltagsproblemen bemerkbar. Das muss nicht, kann aber auf eine Parkinson-Erkrankung zurückzuführen sein. Wer ein Zittern in der Ruhe, verlangsamte Bewegungsabläufe oder einen veränderten Gang bemerkt, der könnte erkrankt sein.

Häufige Parkinson-Symptome sind ein Tremor (unwillkürliche rhythmische Bewegung von einem oder mehreren Körperteilen), ein Rigor (Muskelsteifheit, die es den Betroffenen erschwert, bestimmte Muskeln kontrolliert zu bewegen), eine Akinese (Zustand einer pathologischen Bewegungslosigkeit der Muskulatur) oder eine posturale Instabilität (Störung der aufrechten Körperhaltung, die durch mangelhafte Halte- und Stellreflexe ausgelöst wird). Eine Heilung der Parkinson-Erkrankung ist bisher nicht möglich, aber sie kann durch Medikamente und begleitende Therapien so gut behandelt werden, dass sie über Jahre hinweg ein beschwerdearmes Leben zulässt.

„Bewegung ist bei Parkinson das A und O“

Aber wenn das alles nicht oder zu wenig hilft? „Bewegung ist bei Parkinson das A und O“, sagt Dr. Inge Hübeler-Knoche, Oberärztin und Sektionsleitung Neuro-Degeneration am Klinikum Herford. Bewegung für Parkinson-Erkrankte bietet seit dem vergangenen Jahr die Tischtennis-Abteilung des TuS Ahmsen an, die einen PPP-Stützpunkt einrichtete. PPP steht für Ping Pong Parkinson und scheint eine Therapieform für Betroffene zu sein, die fühl- und sichtbaren Erfolg herbeiführt. „Es ist erstaunlich, wie gut das wirkt, aber beim Tischtennis müssen Auge und Hand gut zusammenarbeiten“, zeigt sich Hübeler-Knoche beeindruckt, die zudem die sportliche Aktivität in Gruppen als Positivum hervorhebt, sich einen näheren Kontakt zum TuS Ahmsen gut vorstellen kann und es sogar als „vielleicht möglich“ bezeichnet, Tischtennis-Platten im Klinikum aufzustellen.

Initiator des PPP-Stützpunktes bei den Randherfordern war der 55-jährige stellvertretende Tischtennis-Abteilungsleiter Martin Henkel aus Detmold, gemeinsam mit André Abend und Volker Rehse. Die Gruppe in Ahmsen besteht seit Oktober des vergangenen Jahres und



Freuen sich, zueinander gefunden zu haben: Christian Lawin (l.) und Martin Henkel. Foto: Dirk Kröger

Tischtennis als Therapie

Der TuS Ahmsen hat einen PPP-Stützpunkt gebildet. Ein Bad Oeynhausener genießt die Bewegung und fühlt sich einfach besser als zuvor.



Am Tisch ist alles gut: Christian Lawin (l.) spielt im PPP-Stützpunkt Ahmsen auch mit Martin Henkel Doppel – von seiner Erkrankung ist dann nichts zu merken. Foto: Dirk Kröger

besteht inzwischen aus acht Betroffenen. „Wir sind offen für weitere Interessierte“, sagt Henkel, der sich an Abends Initiative im vergangenen Jahr erinnert. „André ist selbst ein guter Tischtennispieler, war früher sogar lippischer Meister. Er leidet selbst unter Parkinson und griff nach einem Seminar in Lemgo die Idee von Professor Christoph Redeker auf, eine derartige Gruppe zu bilden. Wir haben als Verein sofort zugesagt“, erklärt Henkel, der früher Fußball in Lockhausen und Ahmsen spielte und erst vor zehn Jahren zum Tischtennisport fand.

Zu den acht Parkinson-Spielern beim TuS Ahmsen zählt Christian Lawin aus Bad Oeynhausen. „Er ist bei jedem Training dabei und wird immer besser“, freut sich Henkel. Und tatsächlich: Wenn der 53-Jährige auf der Bank sitzt, ist das Zittern seiner Hand nicht zu übersehen. Sobald er aber mit dem Schläger am Tisch steht, ist seine Krankheit nicht mehr zu erkennen. „Ich hatte früher mit Tischtennis nichts am Hut“, erklärt Lawin, der im Jahr 2016 die Diagnose seiner Erkrankung erhielt, nachdem er selbst einen Tremor in der rechten Hand feststellte. „Ich habe noch ein Jahr lang in meinem Beruf als Drucker gearbeitet, dann bin ich in einer Parkinson-Fachklinik in Kassel medikamentös eingestellt worden“, berichtet er vom Beginn des eigenen Leidensweges. Elf Tabletten am Tag schluckte Lawin – „mit heftigsten Nebenwirkungen“, wie er sagt. Es folgten Ergo- und Physiotherapie, aber keine Besserung. „Im Gegenteil: Es wurde immer schlimmer, mein gesamtes Leistungsvermögen ist abgesackt, das Zittern wurde immer schlimmer“, berichtet der im Bad Oeynhausener Ortsteil Werste Wohnende. Eigentlich die letzte Möglichkeit für ihn war eine Tiefen-Hirnstimulation, eine mit Risiken verbundene Operation, bei der feine Elektroden in das Gehirn eingesetzt werden.

Es half alles nichts, Lawin wurde Rentner, musste sein Haus verkaufen, seine Ehe scheiterte. Aber er hat eine Bekannte in München, die eine Parkinson-Gruppe leitet. Und ein weiterer Bekannter aus dem Bayrischen berichtete von PPP, von Ping Pong Parkinson. „Ich war psychisch sehr angeschlagen, habe dann aber

selbst eine PPP-Gruppe gesucht und sie hier in Ahmsen gefunden“, berichtet der 53-Jährige, der sich sofort einen Schläger kaufte und begann, Tischtennis zu spielen. Inzwischen übrigens nimmt er keine Tabletten mehr ein. Und Martin Henkel sagt: „Er hat ein unheimlich gutes Ballgefühl, er ist ein toller Spieler.“ In Ahmsen könnte Lawin sogar bald schon in der regulären 2. Mannschaft des Vereins in der 2. Bezirksklasse spielen. Die ersten Meisterschaftsspiele in der TuS-„Dritten“ hat er schon hinter sich. „Das macht einfach Spaß, ich bewege mich wie nie zuvor“, freut sich Lawin, der zudem von der extrem netten Aufnahme in Ahmsen angetan ist. „Ich zittere immer noch“, sagt er, „während des Ballwechsels aber nicht.“ Das bestätigt auch Henkel: „Während des Spiels ist nicht zu erkennen, dass bei ihm Parkinson vorliegt.“ Und der Betroffene selbst erkannte, dass es ihm physisch wie psychisch besser geht. Das gipfelt in dieser Aussage: „Tischtennis ist mein Leben geworden!“

„Schon das Bezahlen an der Kasse fiel schwer“

Vorher hatte er sich in sein eigenes Schneckenhaus zurück gezogen, ging erst spät abends aus dem Haus. „Schon das Bezahlen an der Supermarkt-Kasse fiel schwer“, sagt er. Nun aber, in der Gruppe, hilft der Austausch von Betroffenen mit zum Teil komplett unterschiedlichen Symptomen untereinander auch, die eigene Krankheit zu verstehen und zu akzeptieren.

Ein weiteres Mitglied der PPP-Gruppe will nicht namentlich genannt werden. Der 71-Jährige aus Bad Salzuflen erhielt vor knapp drei Jahren seine Diagnose. Auch er litt unter enormen Zittern, vor allem nach starker körperlicher Anstrengung. Der Mann wurde in Hattingen ayurvedisch behandelt und wurde ebenfalls medikamentös eingestellt. Er suchte nach Bewegungsmöglichkeiten, vor allem, nachdem er das Buch „Dann zitter ich halt“ des ebenfalls an Parkinson erkrankten Fernsehmoderators Frank Elstner gelesen hatte. „Und dann habe



Da zittert nichts: Christian Lawin hält den Tischtennisschläger ganz ruhig in der Hand. Foto: Dirk Kröger

ich hier diese Gruppe gefunden“, freut sich der Mann, der wie Lawin Neuling im Tischtennis ist und sich seine Aktivität in Ahmsen von einem Neurologen als sinnvoll befürworten ließ. Und auch er spürt Besserung, hat Spaß am Tischtennis und am Austausch in der Gruppe. Und auch ihm ist die Erkrankung nicht anzumerken, wenn er erst einmal am Tisch steht.

Für ganz große Talente halten sich die beiden Gesprächspartner indes nicht. Das sieht beim 65-jährigen Volker Rehse anders aus. Der Mann, der im normalen Spielbetrieb für den TTV Lage aufschlägt, nahm beispielsweise gemeinsam mit André Abend im Mai vergangenen Jahres an den Deutschen Ping-Pong-Parkinson-Meisterschaften in Düsseldorf mit rund 200 Sportlern teil. Im September folgten in Österreich sogar die Weltmeisterschaften, bei denen 300 Teilnehmer um die Medaillen spielten. Und immer ist der Austausch untereinander Teil des sportlichen Wettkampfs. Rehse übrigens wollte seinen Stammverein nicht verlassen, fand aber letztlich beim TuS Ahmsen ein zweites sportliches Standbein.

Natürlich können Parkinson-Erkrankte auch – wie Rehse – in „normalen“ Mannschaften spielen. Dennoch hat der PPP-Stützpunkt eine besondere Bedeutung. „Es ist eh schon schwierig für Erwachsene, in den Sport einzusteigen. Und in einer PPP-Gruppe weiß jeder: „Der kann jetzt nicht besser“, erklärt der Lipper. Angesprochen in Ahmsen sind alle, ob mit Tischtennis-Erfahrung oder ohne, gleichgültig, welcher Leistungs- und Krankheitsstand vorliegt. Zum Mitmachen ermuntert auch

Tanja Sarah Waters, aus Löhne stammende Parkinson-Lotsin am Klinikum Herford: „Sportliche Betätigung ist immer gut. Wenn das in einer Gruppe stattfindet, wo auch ein Austausch möglich ist, ist es besonders gut.“ Die Expertin ist sich zudem sicher, dass Koordinations-Sportarten wie Tischtennis am förderlichsten sein könnten. „Die Hand-Auge-Koordination ist wichtig“, sagt sie. Genau die wird in Ahmsen bei Christian Lawin geschult. Und dass das auch noch Spaß macht, ist ein zusätzliches Positivum. Der Bad Oeynhausener hätte ebenso wie Martin Henkel nichts dagegen, wenn sich weitere Gruppenmitglieder finden lassen würden.

Und der stellvertretende Leiter der 30 Mitglieder starken Tischtennisabteilung des TuS Ahmsen denkt sogar noch etwas weiter, schließt die Zusammenarbeit mit einem Klinikum ausdrücklich nicht aus und denkt sogar über ein Turnier der ostwestfälisch-lippischen PPP-Stützpunkte nach. „Wir wollen viele Menschen zusammenbringen“, lautet seine Haupt-Doktrin.



Findet PPP gut: Die in Löhne wohnhafte Tanja Sarah Waters, Parkinson-Lotsin am Klinikum Herford.