

Club Balance startet wieder mit Reha-Sport

Verein wurde 2004 gegründet und wird seitdem von Lothar Gohmann geführt. Er kann Mitgliedern bald auch wieder Wassergymnastik anbieten – für die Becken gibt es unbefristete Nutzungsverträge.

Heidi Froreich

■ **Bad Oeynhausen.** Nach 15 Monaten Lockdown blickt Lothar Gohmann wieder optimistisch in die Zukunft. „Auf dem Land läuft's schon“, beschreibt er den Neustart in dem von ihm geleiteten Club Balance. Der Verein hat sich ausschließlich auf den Reha-Sport konzentriert. Spätestens nach den Sommerferien soll es nicht nur Training in der Halle, sondern auch wieder Kurse im Wasser geben. Für Becken und Personal hat Lothar Gohmann jedenfalls Planungssicherheit.

2005 wurde der Club Balance ins Leben gerufen, neben Gohmann und Frank Böker, Chef der Johanniter-Ordenshäuser, gehörten unter anderem sieben Ärzte mit niedergelassener Praxis zu den Gründungsmitgliedern. Auch Gohmann, der zum 1. Vorsitzenden gewählt wurde, brachte quasi professionelles Interesse am Gesundheitssport mit. Bis zu seiner Pensionierung im Dezember 2002 hat er unter anderem 25 Jahre die Bezirksgeschäftsstelle der Barmer Ersatzkasse geleitet. „Rehasport kann Behandlung- und Arztkosten sparen“, hält er auch heute noch an damaligen beruflichen Erkenntnissen fest.

Und weil sich diese Erkenntnisse eben auch immer mehr bei Ärzten durchsetzen, steigen die Verordnungen für „Sport auf



Rund 100 Quadratmeter groß ist das Becken in den Johanniter Ordenshäusern, in dem Isabell Schneider bald wieder Patienten zum Reha-Sport anleiten wird. Darüber freuen sich Michael Schelp (l.) und Lothar Gohmann.

FOTO: HEIDI FROREICH

Rezept“. Gymnastik in der Halle, auf dem Land also, ist ebenso möglich wie Wassergymnastik und Herzsport. Die Gruppengröße ist auf 15 Teilnehmer begrenzt, die Übungsleiter müssen spezielle Reha-sport-Qualifikationen vorweisen. 50 Trainingseinheiten in 18 Monaten können Patienten verordnet werden. Übungsangebote dazu gibt es in Bad Oeynhausen nicht nur im Club Balance, sondern unter anderem auch im Verein Bewegung-Gesundheit-

Sport (BSG), dem Club Vital und im Gesundheitszentrum der Klinik Porta Westfalica.

„Für Patienten immer kostenlos“, nennt Gohmann ein entscheidendes Reha-Sport-Merkmal. Ersetzt werden die Kosten für Übungsleiter, Räumlichkeiten und Verwaltung von den Krankenkassen. Durchschnittlich etwa sechs bis acht Euro werden pro Einheit und Person an die Rehasportvereine gezahlt. Zusätzlich können sie Mitgliedsbeiträge erheben. „Ein Euro pro Mo-

nat“, nennt Gohmann die Balance-Kondition für eine auf 18 Monate befristete Mitgliedschaft.

84 Gruppen hat der Club Balance mit Hilfe von knapp 30 Übungsleitern vor Corona betreut, auf 850 beziffert Gohmann die Zahl seiner Mitglieder. Seit März letzten Jahres mussten sie auf Reha-Sport verzichten, doch das ist jetzt wieder anders. Trockengymnastik-Gruppen treffen sich bereits, Wasser- und Herz-sporttraining soll nach den Fe-

sergymnastik erst nach den Ferien starten soll. „Wir hoffen auf eine weitere Entspannung der Infektionslage“, sagt Schelp. Dann könnten die Einschränkungen des Besuchsverbots zurückgenommen werden- und auch Fremden der Zutritt zu Therapiebecken und Umkleiden erlaubt werden.

Für die Trockengymnastik bestehen schon jetzt keine Kontaktstrisiken: Die wird in der ehemaligen Mehrzweckhalle der Ordenshäuser durchgeführt. Das Gebäude liegt auf der anderen Straßenseite und wird für den stationären Betrieb nicht mehr benötigt. Ob an Land oder im Wasser – „eine Teilnahme ist nur für Geimpfte, Getestete und Genesene möglich“, stellen Schelp und Gohmann aber die für alle geltende Teilnahmebedingung fest.

Im Gesundheitszentrum der Klinik Porta Westfalica ist Reha-Sport im Wasser schon jetzt wieder möglich – allerdings ebenfalls nur für die „Drei G.“ Beim Verein BSG wird derzeit ausschließlich Freilufttraining am Schloss Ovelgönne angeboten. Derzeit stehen dem Verein weder die Bali-Therme noch das Becken in der ehemaligen Weser-Klinik zur Verfügung. Auch BSG-Vorsitzender Holger Diekmann gibt sich im Gespräch optimistisch: „Mit Beginn des nächsten Jahres startet auch bei uns wieder das Wassertraining“. Infos: www.gesundheit-balance.de