

**Sport/Lüdenscheid**

# Fit für Firmenlauf: Sportmediziner untersuchen ISG-Läufer

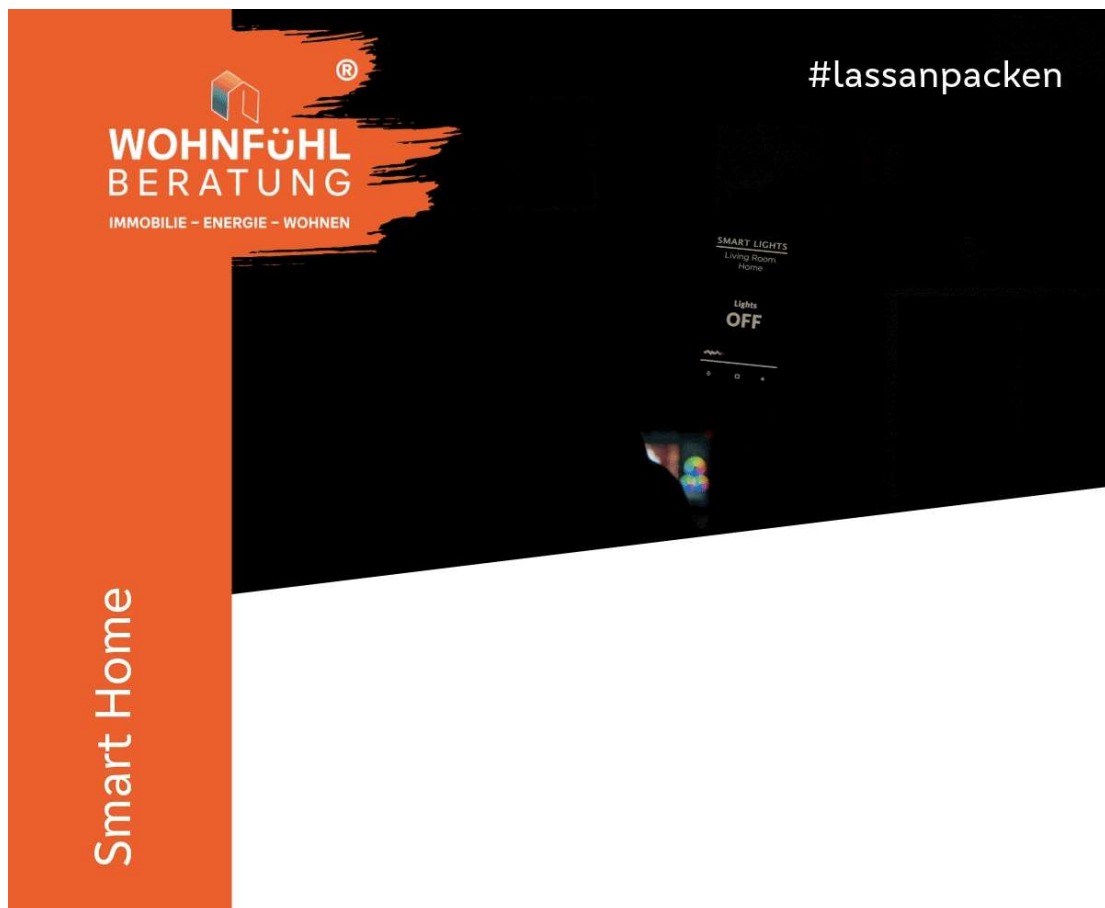
Von der Redaktion, 26.5.2024



Eine Gruppe der Inklusiven Sport Gemeinschaft (ISG) durchlief in der Sportmedizin Hellersen eine sportmedizinische Untersuchung. - Foto: Sportklinik Hellersen

**Lüdenscheid.** Die Inklusive Sport Gemeinschaft (ISG) aus Lüdenscheid bereitet sich auch dieses Jahr intensiv auf den AOK-Firmenlauf vor, um den Johannes-Busch-Wohnverband zu vertreten. Vor dem großen Lauf wurden die Teilnehmer in der Sportmedizin Hellersen der Sportklinik Hellersen einer umfassenden sportmedizinischen Untersuchung unterzogen, das teilt die ISG mit.

„Die Durchführung des Belastungstests ermöglicht es uns, die Leistungsfähigkeit der Teilnehmer zu beurteilen“, erläutert Dr. Ulrich Schneider, Leitender Arzt der Sportmedizin Hellersen, die sportmedizinische Untersuchung. Neben einem detaillierten Gespräch, in dem mögliche Beschwerden geklärt werden, umfasst diese unter anderem auch die Messung des Blutdrucks, die Pulskontrolle sowie die Durchführung eines EKGs sowohl im Ruhe- als auch im Belastungszustands.



Anzeige

„Zusätzlich haben wir eine Spiroergometrie und eine Laktatmessung mit einem Großteil der Gruppe durchgeführt“, erklärt Stefan Krakor, Sporttherapeut der Sportklinik Hellersen und meint weiter: „Im vergangenen Jahr haben wir darauf überwiegend verzichtet, um die Teilnehmer nicht

zu überlasten und sie zunächst mit der Gesundheitsuntersuchung vertraut zu machen. Angesichts der Motivation der Sportler im letzten Jahr sind wir jedoch dieses Jahr noch einen Schritt weitergegangen.“

Die Spiroergometrie misst die Atemgase während einer Belastung, um die Ausdauerleistungsfähigkeit und den Stoffwechsel zu analysieren, während die Laktatmessung den Laktatwert im Blut bestimmt und somit die Belastungsintensität sowie den Trainingszustand beurteilt.

„Die Leistungsdiagnostik ist für uns eine Win-Win-Situation – sowohl für die Vorbereitung auf den Firmenlauf als auch für die drei Sportler, die sich gleichzeitig auf die Special Olympics Landesspiele in Münster mit der Leichtathletikgemeinschaft LG Lüdenscheid vorbereiten“, betont Jens Kuhn von der ISG. Als eigenständige Rehasportabteilung im Verein der Freunde des Johannes-Busch-Hauses setzt sich die ISG für die Förderung der gesellschaftlichen Teilnahme von Menschen mit geistigen Behinderungen und psychischen Erkrankungen durch Sport ein. Unter der Leitung von Jens Kuhn bietet die ISG regelmäßige Sportangebote wie Fußball, Breitensport, Joggen und Walken an. Die Kooperation mit den Turbo-Schnecken Lüdenscheid führte im letzten Jahr zur Zusammenarbeit mit der Sportklinik Hellersen



Anzeige