

Spiel ohne Schmerzen

17 Mitglieder der PGA of Germany haben eine besondere Ausbildung: Sie sind geschulte PGA Health Pros und verhelfen ihren Kunden zu schmerzfreien Runden.

VON MATTHIAS LETTENBICHLER

Irgendwann spielte die Schulter nicht mehr mit. Peter Dürscheid, 40 Jahre lang aktiver Handballer und schließlich beim GC Castrop-Rauxel dem Golf-Virus verfallen, hatte immer größere Schmerzen. Der Sehnenkanal an der Schulter war zu eng geworden - Abnutzungserscheinungen. Viermal in Folge hatte er von 1998 bis 2001 die Clubmeisterschaft der Senioren gewonnen, ebenso ununterbrochen von 2004 bis 2008. Doch dann ging nichts mehr. Im Herbst 2008 und im folgenden Frühjahr ließ er beide Schultern operieren. Erst rechts, dann links. Heute ist er schmerzfrei, spielt wieder Handicap 7,8 und ist „auf dem besten Weg, wieder konstant und präzise zu werden“.

so der 71-Jährige. Seit drei Jahren arbeitet er mit Julian Paul Albers zusammen, PGA Golfprofessional im Golf Club Castrop-Rauxel und einer von nur 17 PGA Health Pros. „Julian kann mir mit seinem Wissen sehr gut helfen und zeigen, wie ich effektiv und schmerzfrei trainiere und spiele“, so Peter Dürscheid.

„Ich kümmere mich darum, dass es nach 18 Löchern nicht mehr überall weh tut“, fasst Julian Paul Albers seine Philosophie als PGA Health Pro zusammen. Seit bekannt geworden ist, dass er die Zusatzqualifikation der PGA of Germany erhalten hat, als Jahrgangsbester gemeinsam mit David Grasskamp vom bayerischen GC Wörthsee, kommen immer wieder neue Kunden zu ihm, wollen wissen, wie sie trotz lädierter Hüfte und maroder Knie, trotz streikender Ellbogen und Wirbelsäule mit Spaß und Erfolg Golf spielen können. „Viele trainieren falsch und bekommen deshalb Probleme“, hat Albers festgestellt. „Falsches Schlagen ist die Ursache der meisten Schwierigkeiten.“

Wie sieht erfolgreicher Golfunterricht für Schüler mit Schulterproblemen aus? Worauf ist beim Coaching von Spielern mit Hüftproblemen zu achten? Welche Kräfte wirken beim Golfschlag, und wie wirken sie sich auf den Bewegungsapparat aus? Welche Belastungsgrenzen gibt es für Kinder, Leistungssportler, Senioren? Fragen wie diese haben die Absolventen der Prüfung zum „PGA Health Pro“ in verschiedenen Seminaren geklärt. Nun sind sie in der Lage, körperliche Defizite ihrer Kunden zu erkennen und darauf im Training einzugehen, Training und Therapie in Einklang zu bringen und ihr



Seit drei Jahren unterrichtet Julian Paul Albers den vielfachen Clubmeister Peter Dürscheid. Er weiß genau, wie er auf dessen Schulterprobleme eingehen muss.

Coaching gesundheitsorientiert zu gestalten. Wer die hochwertige Zusatzqualifikation PGA Health Pro erlangen möchte, muss innerhalb von zwei Jahren alle vier Seminare der PGA-Vortragsreihe „Golf & Gesundheit“ besuchen und außerdem einen Vorbereitungslehrgang absolvieren. Der Besuch aller fünf Veranstaltungen ist Voraussetzung, um zur Prüfung zugelassen zu werden.

Der Körper als Kapital

David Grasskamp, der die Prüfung wie Julian Albers mit „sehr gut“ absolvierte, fühlt sich seither als „kompletterer Trainer“ - mit neuen Schwerpunkten: „Mir ist durch die Zusatzausbildung noch einmal viel klarer geworden, dass der Körper die Basis und das Kapital des Spielers ist. Darauf baut alles auf. Erst danach kommen Material und Technik. Das Kapital des Körpers ist sehr viel größer, als es auf den ersten Blick den Anschein hat.“ Auch Grasskamp hat aufgrund seiner Zusatzqualifikation schon neue Kunden hinzugewonnen.

„Ich versuche, den Leuten Golf weiter zu ermöglichen“, sagt sein Kollege Julian Albers. „Denn es wäre doch sehr schade, wenn jemand nur weil der Körper streikt, mit Golf aufhören müsste.“ Oder nicht mehr Clubmeister würde: In diesem Sommer möchte sich Peter Dürscheid den Titel unbedingt zurückholen.

Erfolgreiche Absolventen der PGA Health Pro-Prüfung

Name	Golfclub
Julian Paul Albers	GC Castrop-Rauxel
Valentin Baer	keine Angabe
Michael Behrens	GC Thülsfelder Talsperre
Pascal Esche-Huels	GC Sieben-Berge
Franca Fehlauer-Lutter	keine Angabe
David Grasskamp	GC Wörthsee
Heiko Hegermann	GC Stolper Heide
Gerd Hoffmann	GC Taunus Weilrod
Matthias Keller	GC Riedstadt Kiawah
Jill Kinloch	Golfpark Waldkirch
Wolfgang Kretschy	GC Heidelberg-Lobenfeld
Matthias Krombach	GC Siegerland
Peter James Martin	Osnabrücker GC
Andreas Riß	Golfanlage Auf der Gsteig
Philipp Rodiek	Top Swing Golfschule / MGC Potsdam
Edwin van Westing	GC Appenzell
Uwe Varenkamp	GC Varus