

Physiotherapeutischer Besuch bei den Klinikumläufers

Am Sonntag, 25.11.2007 erlebten 21 Lauftreffler des SV HANSE-Klinikum eine Sportstunde der besonderen Art. Eingeladen war der Physiotherapeut Jörg Stoll in das Sportzentrum Krankenhaus West. Nach einer kurzen Einführung, in der er anhand eines mitgebrachten Gummis die Funktionsweise eines Muskels erläuterte, zeigte Jörg Stoll insgesamt 6 Übungen zur Vorbeugung von Verletzungen. Dabei ging es hauptsächlich darum, wie man die Muskeln, die bei Läufern häufig verkürzt sind, vor jeder Trainingseinheit dehnen sollte. Er beschwor die Läufer förmlich, diese gezeigten Übungen konsequent durchzuziehen. Der Physiotherapeut lebt zwar von den Kranken, aber da er selbst Sportler aus vollem Herzen ist, freut er sich über die positive Entwicklung der Laufgruppe und jeden, der sich sportlich betätigt.

Alle Teilnehmer nahmen neue Erkenntnisse mit nach Hause und versprachen, eifrig ihre Hausaufgaben zu machen. Im Gegenzug versprach Jörg Stoll den Mitgliedern der Laufgruppe des SV HANSE-Klinikum, dass er im nächsten Jahr wiederkommt, um den Trainingseifer zu kontrollieren.