



TTC Drochtersen wird PingPongParkinson-Stützpunkt

„Parkinson ist nicht ansteckend, Tischtennis schon“, ist das neue Motto des TTC Drochtersen. Denn seit Anfang des Jahres ist der Verein einer von rund 50 PingPongParkinson-Stützpunkten in Deutschland.

Vor zwei Jahren sprach Frank Nickel, Vorsitzender des TTC, bei den Bezirksmeisterschaften in Drochtersen mit Sven Plaschke vom Tischtennisverein Sottrum erstmals über Ping-Pong-Parkinson-

lien-Firma aus Paderborn erhielt vor einem Jahr die Diagnose Parkinson. „Ich fühlte mich in den Oberschenkeln so steif und konnte z. B. eine Treppe nur stockend rauf- oder runtergehen,“ erinnert er sich zurück. Zunächst schob er die Symptome vor sich her, ging aber schließlich zu einem Neurologen, der die Erkrankung feststellte. Kurzerhand überlegte der 56-Jährige, wie er sein Leben mit der Krankheit gestalten konnte.

Der erste Schritt war, gemeinsam mit seiner Frau die Zelte in Paderborn abzubrechen und nach Assel zu ziehen. Der zweite



Stützpunkte. „Das Interesse war sofort geweckt“, erzählt Frank Nickel, dessen Tante und Onkel ebenfalls an Parkinson erkrankt waren. „Ich habe etwas recherchiert und festgestellt, dass die nächstgelegenen Stützpunkte in Glückstadt und Rosengarten sind“, sagt er weiter.

Bis letztes Jahr schlummerte das Thema ein wenig vor sich hin, bis Thorsten Möller auf der Bildfläche des TTC Drochtersen erschien und die Initialzündung für einen Ping-Pong-Parkinson-Stützpunkt brachte.

Der Inhaber einer Immo-

Schritt war die Recherche, wie er die unheilbare Krankheit in sein Leben integrieren kann: „Ich wollte nicht einfach auf der Couch herum sitzen, sondern etwas tun.“ Eine Option ist das Puzzeln, damit der Kopf etwas zu tun hat. Jede Woche setzt der Asseler seitdem ein 1000er Puzzle zusammen. Sport ist eine weitere Option. Thorsten Möller kaufte sich ein E-Bike, mit dem er fast täglich rund 30 Kilometer unterwegs ist. Und auch die soziale Anbindung ist wichtig. „Viele, die die Diagnose Parkinson erhalten, ziehen sich zurück, weil ihnen das z. B. Zittern

unangenehm ist. Das ist aber der falsche Weg“, sagt der Immobilienmakler. Er entschied daher, in einen Sportverein einzutreten. Boxen wäre ein guter Sport, aber für ihn nicht der richtige, beschloss Möller. Aber auch Tischtennis ist eine sehr gute Sportart für an Parkinson Erkrankte. Studien haben gezeigt, dass das Spielen von Tischtennis positive Auswirkungen auf die motorischen Fähigkeiten und das Gleichgewicht von Menschen mit Parkinson haben kann. Die schnelle Reaktion und die Koordination, die beim Tischtennis erforderlich sind, können helfen, die Symptome der Krankheit zu lindern und die Lebensqualität zu verbessern. „Ich schrieb also mehrere Tischtennisvereine in der Region an, hörte aber erst einmal nichts“, erzählt Thorsten Möller. Doch dann klingelte plötzlich das Handy und Frank Nickel war am Apparat.

„Jetzt hatte ich endlich jemanden, um weiter an dem Thema zu arbeiten“, erinnert sich der TTC-Vorsitzende. Möller und Nickel trafen sich und planten gemeinsam, einen Ping-Pong-Parkinson Stützpunkt in Drochtersen zu etablieren. Sie nahmen Kontakt zu dem 2020 gegründeten Verein PingPongParkinson Deutschland (www.pingpongparkinson.de) auf, der

als Dachverband für alle Stützpunkte in Deutschland agiert. Der TTC Drochtersen wurde Vereinsmitglied und gründete Anfang des Jahres den ersten PingPongParkinson-Stützpunkt im Landkreis Stade.

Thorsten Möller, der sich durch seine berufliche Tätigkeit auch mit Marketing auskennt, erneuerte die Internetseite des TTC Drochtersen, damit auch dort alle wichtigen Informationen zum Stützpunkt zu finden sind. Ferner kümmert er sich darum, dass der Stützpunkt jetzt bekannt wird. „Außerdem bin ich das Versuchskaninchen“, lacht der Asseler. Er hofft, mit dem Tischtennis-training seine Beine wieder mehr in Bewegung zu bekommen.

Er und Frank Nickel sind die Ansprechpartner im Verein. Die Trainingszeiten der PingPongParkinson-Gruppe sind mittwochs und freitags von 19.00 bis 20.30 Uhr. Die ersten Anfragen hat der Stützpunkt bereits erhalten und hofft, dass auch noch weitere an Parkinson Erkrankte den Weg nach Drochtersen finden. „Jeder darf allein oder mit seinem Partner zum Training kommen“, erklärt Frank Nickel. Weitere Informationen und die Kontaktdaten finden Interessierte auf www.ttc-drochtersen.de/pingpong-parkinson.su/Foto:privat