

## ***Abschlagen mit ärztlicher Verordnung – Rehasport Golf*** ***Das ist eine echte Chance für die Clubs***

**„Für Stefan Quirnbach, ehemaliger Präsident der PGA of Germany und einer der bekanntesten Golflehrer in Deutschland gibt es keine geeignetere Sportart als Golf für den Rehasport“, so die „Golf Week“ vom September 2021. Sicher hofft der Golfverband mittelfristig so neue Mitglieder zu gewinnen, muss sich aber die Frage stellen, ob Rehasport auf der Mehrzahl der Golfanlagen in Deutschland überhaupt umsetzbar ist, und welche besonderen Voraussetzungen geschaffen werden müssen.**

Wir vom gemeinnützigen Verein golf4you sind überzeugt, dass Golf als Rehasport Disziplin machbar ist und sehen im Short Golf die ideale Disziplin für dieses komplexe Aufgabengebiet. Short Golf ist Golf, es ist das kurze Spiel beim Golf. Über 90 % aller Golfer spielen bereits heute Short Golf. Es sind die Spieler, die nicht regulär die Greens erreichen und einen Annäherungsschlag benötigen.



Bilder 1 und 2: Short Golf ist Golf, denn 90 % aller Golfer erreichen nicht regulär die Greens und müssen mit einem zusätzlichen Schlag annähern

Sportwissenschaftler der Technischen Universität München haben auf der Suche nach den Gesundheitsfaktoren bestätigt, dass Inhalte und Werte des großen Golf ohne Verluste auf Short Golf Anlagen übertragbar sind. Short Golf wird auf kleinen Kunstrasen Spielbahnen gespielt, der Pflegeaufwand ist dadurch wesentlich weniger aufwendig und nachhaltiger für die Natur. Die Short Golf Spieler werden schneller spielfähig.

### ***Short Golf ist für Rehasport die ideale Sport Disziplin***

Es ist also sinnvoll für Anlagenbetreiber und Golflehrer, für Therapeuten und Ärzte sich für Short Golf zu entscheiden und investieren. Auch die Reha Patienten, wenn sie sich für eine Sportart entscheiden, die ihnen ein Leben lang Spaß macht.

## ***Short Golf ist flexibel***

*Short Golf wird Indoor und Outdoor gespielt und das auch im Winter.*



Bilder 3, 4 und 5: Short Golf outdoor auch indoor in der Garage und im Winter

Entscheidend für den uneingeschränkten Einsatzbereich von Short Golf im Rehasport ist die Flexibilität der Short Golf Anlage. Verpackt in einer Tragtasche kommt der Golfplatz in die Praxis. Die vom Arzt verschriebene Rehapphase benötigt keinen großen Golfplatz mit langen Anfahrzeiten und es müssen keine besonderen Voraussetzungen geschaffen werden. In 5 Minuten ausgepackt und verlegt ist die Rehasport Golfanlage sofort einsatzbereit.



Bilder 6 und 7: 15 kg Short Golf Anlage in 5 Minuten verpackt und ab zum nächsten Einsatz

## **Rehasport Golf auf Golfanlagen - Short Golf**

Versteckt in den Schlagvarianten des präzisen Golfens trainiert der Schüler Schwungrhythmus auf der Basis des physikalischen Pendels, den Schwung über Muskelspannung dynamisieren und die Balance, das Gleichgewicht. Das ideale Übungsgelände dazu ist eine Short Golf Anlage. Sie braucht mit 20 mal 4 Meter wenig Platz und ist für Herstellungskosten von ca. 2000 € ein Geschenk ; Auf jeder Übungsanlage ist Platz für eine Short Golf Insel und für das Trainieren des präzisen kurzen Spiels.



Bilder 8 und 9 : Short Golf Training im GC Bad Wörishofen und GC Achensee/Pertisau

Dieser Trainingsbereich ist auch der ideale Arbeitsplatz für den Reha Golflehrer. Hauptziel hier ist es, bisher bewegungsarm lebende Menschen, die dadurch gesundheitliche Probleme bekommen haben, nachhaltig über die vom Arzt vorgeschriebene Rehapphase hinaus in Bewegung zu bringen und zum dauerhaften Sporttreiben zur Stärkung ihrer Gesundheit zu motivieren. Im Idealfall ist es eine Sportart, die den Menschen Spaß macht – möglichst ein Leben lang.

Den Clubverantwortlichen ist es leicht zu vermitteln, dass es sich bei Rehasport Patienten nicht um „kranke Menschen“ handelt, sondern die Hoffnung besteht, mittelfristig neue Mitglieder zu gewinnen. Die Golfanlagen bekommen mit Rehasport potentielle Kunden „zugespielt“, die sonst nicht gekommen wären, und die Golflehrer freuen sich .

***Nicht 40 % oder 80 % aller Golfanlagen sollen daher eine Short Golf Trainingsanlage für ihre Mitglieder erwerben, sondern 100 %.***

## **Rehasport Golf für alle und überall - Short Golf**

In der alternden Gesellschaft wird sich das Aufgabengebiet für den Rehabilitationssport deutlich vergrößern und viele der Patienten werden dann von ihrem gesetzlichen Rechtsanspruch auf Rehabilitationssport Gebrauch machen und sich für Golf entscheiden. Um dieser wachsenden Nachfrage gerecht zu werden, braucht es public course wie an jeder „Ecke“ in den USA .

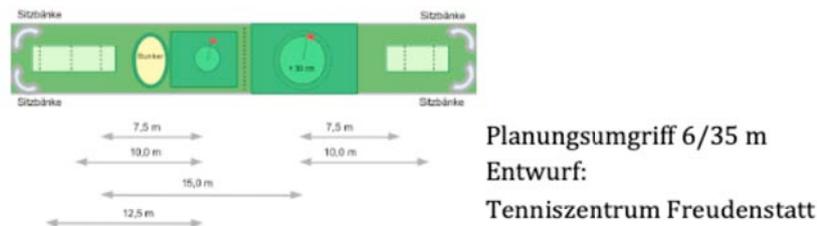
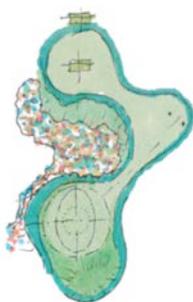


Bild 10: Rehasport Short Golf auch auf einer Tennisanlage

Bis es allerdings soweit ist, Rehasport Golf aber bereits 2022 öffentlich gespielt werden soll, müssen die Golfanlagen Betreiber in Short Golf vorleisten, sodass die Reha-Patienten bereits innerhalb der verschriebenen 50 Einheiten zumindest auf einer einzigen flexiblen Short Golf Spielbahn ihr Golf spezifisches Basis-Kombinations-Training aufnehmen können.

Für das Rehasport Golf **Spiele**n sollen Spielflächen fest verlegt und Rollstuhl befahrbar sein. Meist sind das Zweier- und Dreierkombinationen mit verschiedenen Fahnen- und Hindernispositionen, aber auch 6 Loch oder sogar 9 Loch Kombinationen sind möglich



Basis Modul Biotope  
Bilder 11,12,13:



Zweierkombination



Dreier Kombination

**Wirft man den Nutzen aus mehr Bewegung einer bewegungsarmen Gesellschaft mit Golf in die Waagschale, dann können auch die Kommunen das Rehasport Golf Projekt Golf für alle und überall finanziell unterstützen.**

## **Rehasport Golf „at home“ - Short Golf**

Rund 1,6 Millionen Deutsche nehmen jedes Jahr an einer Rehasportmaßnahme teil. Rehasport ist aber keine abgeschlossene Therapie und die Reha-Patienten sollen üblicherweise nach den vorgeschriebenen 50 Einheiten motiviert werden aus eigenem Antrieb weiter Sport zu treiben. Ihnen können wir Golf „at home“ anbieten, Golf etwas verkleinert und in einer Tragtasche verpackt.



Bilder 14 und 15: „at home“ der Achensee Bierbrauerei und privat in einem Vorgarten

Golf „at home“ ist Golf **spielen** und ist das Finale des Rehaprozesses. Vergleichbar mit dem Klettern indoor, ob Vorstieg oder Bouldern, ist Golf **spielen** das Bergsteigen in freier Natur. Also heraus aus der Indoor Kletterwand und hinaus in die großartigen Wände der Welt.



Bild 16: Bouldern Olympia 2021/Tokio      Bild 17: Klettern am Weißhorn Ostgrad/Schweiz

Rehasport Golf ist verglichen mit dem indoor Klettern nur der Einstieg in die Wand, der Durchstieg durch die Wand mit all den Ereignissen und Schwierigkeiten, das ist Rehasport Golf **spielen**.

Wie beim Klettern führen mehrere Wege durch die Wand zum Gipfel und es empfiehlt sich für den Start des Rehasport Golf Projektes die einfachste Route zu wählen. Das kann eine Short Golf Zweierkombination sein mit nur einem Hindernis. Die Kosten für so eine Spielanlage liegen bei ca 6 000 Euro. Interessanter ist selbstverständlich eine Dreier Kombination. Die Kosten liegen dann je nach der Umfeld Gestaltung bei ca 12 000 Euro.

Be/ Oktober 2021