

Das Sommercamp Plön 2018

Das Institut für Sportwissenschaft der Universität Hildesheim hat im Juni 2018 zum zweiten Mal gemeinsam mit der Kinderkrebstation der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) ein Sommercamp an der schönen Plöner Seenplatte veranstaltet. Insgesamt fuhren 36 Personen für fünf Tage zum niedersächsischen Ferienbeginn auf einen 5-Sterne-Campingplatz und versuchten sich unter fachkundiger Anleitung beim Paddeln im Kanadier, im Kajak und auf dem Stand-Up-Paddle-Board (SUP).

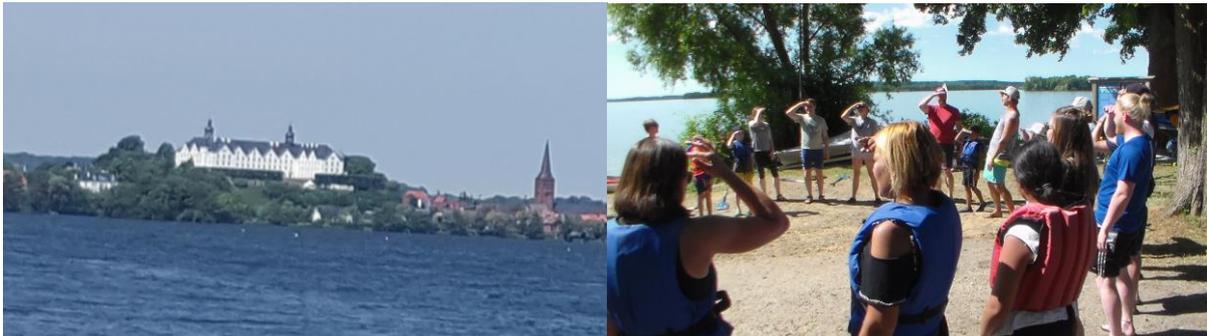


Jährlich findet ein Wintercamp statt, bei dem es u.a. darum geht, den Patienten und ihren Familien durch Bewegung und Spaß in der Natur eine gute Zeit zu beschern und sie merken zu lassen, dass sie meist deutlich belastungsfähiger sind als sie selbst denken. Nach großen Erfolgen und immer wieder langen Wartezeiten bis zum nächsten Winter wurde endlich auch ein Sommercamp errichtet. Hildesheimer Sportstudenten betreuen Hannoveraner Patienten Kinder, ihre Geschwister und Eltern beim Wassersport. Nach anfänglichen Gewöhnungsübungen und zunehmender Sicherheit wurde jeden Vormittag eine gemeinsame Wanderfahrt im Kanadier unternommen, z.B. zu einem kleinen Bummel in die Stadt Plön, zu einer Erkundungstour zum niedersächsischen Bauernhaus auf der Prinzeninsel oder auch in Form einer ‚Schatzsuche‘ auf dem Wasser. Nachmittags stand dann Kajakfahren, das Erlernen der Kenterrolle oder „SUPpen“ in Campingplatznähe zur Auswahl.



Einigen Teilnehmern wurde die eine oder andere der drei Sportarten so näher gebracht, dass das Interesse an einer Vereinsmitgliedschaft, der Wunsch nach wiederholter Teilnahme oder ein eigenes SUP-Board haben zu wollen geäußert wurde. Eine eher wasserscheue Patientin hat sich überwinden können und ist überhaupt zum ersten Mal ins Wasser gesprungen, zwei Patienten haben zum ersten Mal einen Kopfsprung von einer Badeinsel gemacht und alle wurden sowohl in den Booten als auch auf den SUP-Boards kräftemäßig und koordinativ gefordert.

Auf dem sehr gut ausgestatteten Campingplatz ‚Spitzenort‘ (<https://www.spitzenort.de/>) gab es zwischen und nach den ‚Wassereinheiten‘ die Möglichkeit, in einen Pool zu hüpfen, zu klettern, sich auf einer Hüpfburg auszutoben, Beachvolleyball oder Fußball zu spielen oder sich einfach mal die wohltuende norddeutsche Luft um die Nase wehen zu lassen. Abends wurde gemeinsam gekocht, verschiedene Spiele unter freiem Himmel gespielt und zu späterer Stunde am eigenen Lagerfeuerplatz über gemeinsam Erlebtes nachgedacht, Erfahrungen und Sorgen bezüglich der Krankheiten ausgetauscht oder auch einfach nur mal genossen, dass es einem gerade gut geht und man sich mit Freunden in der freien Natur aufhält und Spaß hat. Vor allem das Wetter hat in diesem Jahr dazu beigetragen, dass die Reha-Maßnahme wieder ein voller Erfolg wurde, es wurden Freundschaften gepflegt oder neu geknüpft und in der kleinen Gemeinschaft kümmerte sich wirklich jeder um jeden und alle hatten eine kleine Aufgabe zu erfüllen (z.B. Kochdienst, Spüldienst, Bootsdienst, Feuerdienst etc.).



Die studentischen Betreuer werden in einem Begleitseminar wie auch für das Wintercamp auf die Krankheit Krebs in ihren verschiedenen Ausprägungen, die Therapiemöglichkeiten mit ihren Nebenwirkungen und psychosoziale Folgeprobleme vorbereitet. Nicht zuletzt stehen Sport und Bewegung im Rahmen der Therapie im Vordergrund, und die Sportarten und die Anleitungen dazu (im Winter Skilaufen, im Sommer Paddeln) werden über zusätzliche Seminare vorbereitet und geschult.

Im nächsten Winter wird erneut ein Winter Camp im Pitztal stattfinden (23.-30.3.2019). Ob das nächste Sommer Camp wieder in Plön stattfinden kann, steht leider noch nicht final fest. Als Ansprechpartner für Informationen oder Fragen steht Prof. Dr. Nico Kurpiers (Bewegungswissenschaften und Gesundheitssport, Uni Hildesheim) gerne zur Verfügung (kurpiers@uni-hildesheim.de). Wir bedanken uns bei der Roever Stiftung Hamburg und dem Naturcampingplatz Spitzenort für die tolle Unterstützung.