

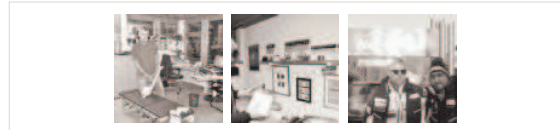
Publiziert am 14.12.2011

Am Rücken der Schweizer Ski-Cracks



Thomas Tritschler demonstriert auf der Spezialliege zu Hause auf dem Emmersberg, wie er die Wirbelsäule behandelt.

AM RÜCKEN DER SCHWEIZER SKI-CRACKS



Fotostrecke starten: Klicken Sie auf ein Bild (3 Bilder)

Thomas Tritschler, der Schaffhauser Physiotherapeut mit grosser Erfahrung in Manueller Medizin, betreut seit der letzten Saison das alpine Schweizer Männerkitem. Seine Kenntnisse sind vor allem wegen der grossen Belastung der Wirbelsäule gefragt.

VON HANS CHRISTOPH STEINEMANN

SKI ALPIN Bei den kürzlich durchgeführten Überseerennen in Lake Louise und Beaver Creek machte der Name von Thomas Tritschler wieder Schlagzeilen im «Blick». Im Zusammenhang mit den Rückenschmerzen von Carlo Janka (und anderen) war schnell die Rede von der «Tritschler-Therapie», die dann zur Anwendung kommt, wenn es bei den (Top-)Athleten im Rücken zwickelt. Mit der Manuellen Therapie werden «Blockierungen» der Wirbelsäule gelöst. Der Effekt ist eine Schmerzlinderung, eine Entspannung der tiefen Muskulatur und dadurch eine Beweglichkeitsverbesserung. Vor einem Jahr war es Didier Cuche – der soeben zum Sportler des Jahres gekürte Abfahrtskönig –, der dank Tritschlers geschickten Händen und Handgriffen nach einem Hexenschuss schnell wieder auf die Pisten zurückkehren konnte. «Die Belastung des Rückens im Skisport hat stark zugenommen», erläutert der Schaffhauser im Interview in seinem Wohnhaus mit angeschlossener Praxis für Manuelle Therapie auf dem Emmersberg.

Die speziellen Handgriffe

Erst am vorletzten Montag ist Tritschler vom Überseetrip der Ski-Cracks in die Schweiz zurückgekehrt. «Zum einen sind es die harten, meist stark vereisten Pisten, zum anderen aber auch das heute intensivere Fahren mit mehr Disziplinen und mehr Rennen, was für die Fahrer höhere Belastungen bedeuten.» Der Rücken sei auch sonst in der Bevölkerung ein weitverbreitetes Problem, insbesondere die Blockierungen an der Wirbelsäule. Davon sind auch die besten Skifahrer nicht ausgenommen. Mit besonderen Handgriffen der Manuellen Therapie, erlernt und praktiziert in den rund 30 Jahren Erfahrung seiner Tätigkeit sowie ausgeführt auf einer speziellen Liege – die er in den USA gefunden hat und die transportabel, flugtauglich und stabil ist –, kann Thomas Tritschler den Fahrern helfen, die durch die Belastung entstandenen Blockierungen schnell wieder zu lösen. Eines will Tritschler gleich einmal klarstellen: «Wenn die Athleten an den Start gehen, dann müssen sie fit sein. Wenn einer mit Rückenproblemen kämpft, kann er kein Rennen fahren.» Die hier und da von Journalisten verbreitete Theorie, dass einer wegen akuter Rückenprobleme ein Rennen nicht gewonnen habe, stimme keinesfalls. Er habe diese Muskelprotze schon oft mit den Händen auf seiner Liege behandelt, «und die sind wirklich alle sensationell trainiert». Dabei sei die Belastung der Athleten bei zwei Riesenslalomläufen viel höher – wegen der taillierten Ski und den engen Kurvenradien – als bei einer Abfahrt.

Pensum mit zwei Kollegen geteilt

Er oder seine beiden Kollegen, die den Skitross während der ganzen Saison abwechselungsweise begleiten, stellen die stabile Behandlungsliege jeweils in ihrem Hotelzimmer an den Weltcuporten auf. Der Schaffhauser Thomas Tritschler teilt sich das Pensum, zu dem er dank langjähriger, guter Freundschaft zum Schweizer Ski-Teamarzt Hans Spring gekommen ist, mit zwei anderen auf Manuelle Medizin spezialisierte Kollegen: Hans Ryser aus Laufenburg und Florian Eggel aus dem Oberwallis. «Sie haben beide bei mir die Zusatzausbildung gemacht», erklärt der ehemalige Handballer der Pfader Neuhausen, der nach der Überseereise das Männerteam auch am nächsten Wochenende in Val Gardena und Alta Badia, in Bormio (von Davos aus auf Pikett) und sicher in Wengen betreuen werde. Dort wird Tritschler auch Ivo Kolb, den Physiotherapeuten aus Neuhausen und sein Tennispartner, in die Materie einführen. Die Manuelle Therapie wird in Zukunft im Skisport an Bedeutung zunehmen und als Chef Manuelle Therapie Swiss Ski Herren Alpin plant Thomas Tritschler den Ausbau seines Teams. Am Kitzbüheler Rennwochenende werde er wohl zum zweiten Mal Grossvater, danach

seien die Einsätze noch offen. Logistisch und organisatorisch sei der ganze Skizirkus ohnehin ein Riesenaufwand, so ging das Material für die Rennen ab etwa dem 20. November bereits am 8. November mit einer Cargo-Maschine nach Kanada. Zwischen Lake Louise und Beaver Creek werde dann das ganze Material aller Teams in zwei Riesentrucks verladen und innert 24 Stunden transportiert. Thomas Tritschler ist schlicht beeindruckt vom riesigen Volumen, das hier jeweils verschoben wird. «Und alle Serviceleute, die sowieso ein wahnsinniges Pensum absolvieren und von frühmorgens bis spätabends auf den Beinen sind, und Coaches arbeiten eng zusammen. Das ist wie eine grosse Familie.»

Auch sonst Mithilfe im Team

So sei es für den Schaffhauser klar, dass er im Skiteam mitarbeitet, immer dort, wo Not am Mann sei. «Ich selbst habe meist rund ein bis zwei Stunden Arbeit pro Tag, daneben helfe ich dort mit, wo es geht, sei es am Video oder beim Zeitendurchgeben auf der Piste. Bei den Besichtigungen bin ich immer dabei.» Ski braucht er keine eigenen mitzunehmen, die Schweizer Firma Stöckli stellt ihm die Ski zur Verfügung. Enorm wichtig für alles, das hat sich bestätigt, seien die Wahl und die Präparation der Ski, rund ein Drittel des Ergebnisses hänge davon ab. Ein wichtiger Grund für Thomas Tritschlers grosses Engagement im Skisport – mit 150 Franken Tageshonorar plus Transport, Kost und Logis wird er nur minimal entlohnt – ist seine Leidenschaft als Skifahrer selber und die Zeit, die er als Frühpensionierter jetzt dafür aufbringen kann. «Meine Freude am Skifahren war schon immer überdurchschnittlich gross. Ich mache auch Skitouren. Dank meiner neuen Tätigkeit kann ich neue Skigebiete kennenlernen, gerade auch in Nordamerika, wo es bis auf eine Höhe von 3500 m über Meer noch Wälder gibt.» Das und der sowieso viel trockenere Schnee als bei uns (wegen der tiefen Luftfeuchtigkeit von 15 bis 20 Prozent) mache das Skifahren dort sehr schön. «Vor allem die Wälderabfahrten sind aussergewöhnlich», schwärmt Thomas Tritschler. Angetan hat es ihm die Abfahrt von Beaver Creek, die wohl schwerste im Weltcup. «Die steilste Stelle, ein praktisch freier Fall, musste ich jedenfalls umfahren. Die Steilheit kommt im Fernsehen nie zum Ausdruck.»

Ein neuer Lebensabschnitt

Am Puls des Skisports zu sein, sei für ihn eine willkommene Bereicherung im neuen Lebensabschnitt. Auch dass es im Skifahren viele ehrliche und dankbare Leute gebe, bedeute für ihn eine grosse Motivation, den grossen Aufwand auf sich zu nehmen. «Ich könnte mir nichts Besseres wünschen nach der Frühpensionierung: Ich kann das machen, was mir Spass macht, und habe Gelegenheit, viele Menschen und neue Gegenden kennenzulernen.» Und dass er dem Schweizer Skiteam – «ein wirklich tolles Team» – manuell helfen kann, die angestrebten Erfolge einzufahren, macht ihn stolz. Und er freut sich heute – am Tag seines 62. Geburtstages – bereits wieder auf die Reise nach Gröden im Südtirol.

«Ein Fahrer geht nur fit an den Start. Wenn einer Rückenprobleme hat, kann er kein Rennen fahren»

Thomas Tritschler

Manualthérapeut im Schweizer Männer-Alpin-Skiteam

[« zurück](#)

Heute in den SN -> Sport

- [Kukucka verlängert Vertrag](#)
- [Die Europa League soll 2015 verschwinden](#)
- [Am Rücken der Schweizer Ski-Cracks](#)
- [Auch Servette mit Schulden](#)
- [Sport intern: Zweifel als Gastgeber, Rähmi als Gast, Renfer als Opfer, Rüegg als Schiedsrichterin und Kadetten als virtuelle Helden](#)
- [Sport am TV und Agenda](#)
- [Zur Person: Thomas Tritschler](#)
- [Kurzmeldungen und Resultate von A-Z](#)
- [Kadetten Espoirs nach 31:30-Sieg in Arbon Leader](#)
- [Bronze für Pascal Gurtner](#)
- [Schweizer testen in Slowenien und Österreich](#)
- [Journal](#)



© Schaffhauser Nachrichten - Meier + Cie AG

Partner-Seiten: [schaffhausen.ch](#) - [nordagenda.ch](#) - [radiomunot.ch](#) - [zds.ch](#)