

Von 0 auf 80 - 10 Jahre Lungensport in Wiesbaden

Am Anfang war gar nichts, außer dem Willen von Lothar Wern, selbstbetroffener Asthmatiker und der war nicht zu bremsen.

Nach vielen Gesprächen mit der Arbeitsgemeinschaft Lungensport, den in Wiesbaden ansässigen Lungenfachärzten und der Asklepios Paulinenklinik, gab es im Oktober 2004 nach vielem „Trommeln“ eine gut besuchte Auftaktveranstaltung.

Das Interesse war geweckt und der Bedarf bestand wirklich.

Die Frage „ Vereinsgründung “ wurde „umschifft“ und auf Nachfrage gründete man eine Abteilung „Lungensport“ beim bereits bestehenden Verein „Sport und Gesundheit e.V.“ in Wiesbaden eingebettet in den Ortsverband der Deutschen Patientenliga Atemwegserkrankungen e.V.

Nach intensivem Suchen hatte man bald auch einen lizenzierten Übungsleiter und eine Sporthalle in der Hebbelschule. Im Dezember 2004 startete die Gruppe dann mit dem Übungsleiter Gunnar Fromberg ins Neuland „Lungensport“.

Schnell wuchs die Teilnehmerzahl und eine zweite Gruppe musste gegründet werden.

Da sich kein zweiter Übungsleiter fand, entschloss sich Lothar Wern als Quereinsteiger mit 63 Jahren noch die Lizenz als Fachübungsleiter „Innere Organe“ zu erwerben und diese Gruppe selbst zu übernehmen. In den weiteren Jahren folgten als Übungsleiter Anne Preissner und seit 2013 leitet Torsten Holzan die Gruppen mit fast 80 Mitgliedern.

Zum 10-jährigen Bestehen hatte der Verein jetzt die Idee, quasi als „Oskar der Lungensportgruppen“ in Wiesbaden den „LUNGENS-PORT-GYM“ zu stiften.

Der Wiesbadener „LUNGENS-SPORT-GYM“ ist ein Wanderpokal (s. Foto), der ab sofort alle 6 Monate an einen anderen besonders verdienten Teilnehmer verliehen wird. Er soll darüber hinaus motivieren

.. sich regelmäßig sportlich zu betätigen,

.. aktiv etwas für seine Gesundheit zu tun,

.. erlernte Lungensport-Techniken in den persönlichen Alltag zu integrieren,

.. andere Betroffene durch das eigene Vorbild für den Lungensport zu gewinnen.

Auf der Jubiläums- und Weihnachtsfeier wurde erstmals der „LUNGENS-PORT GYM“ an das Mitglied, Dr. Günter Müller, überreicht - selbstverständlich trägt der „GYM“ auch seinen Namen. Die Zweit- und Drittplatzierten sind - Sabine Lehming und Elisabeth Stodal.

Nun hofft man, möglichst bald einen zweiten Übungsleiter zu finden, um damit noch mehr Betroffenen in Wiesbaden eine aktive Hilfe durch Lungensport geben zu können.

Mehr Infos bei
Lothar Wern
Dachsstrasse 19
65207 Wiesbaden
Telefon 06122/15254
oder 0176/24349739.