

Kröger
Schlösser- und Malerarbeiten
8 - 220 - 58675 Hemer
05 - Fax 02372/74707
Fr. von 9.00 bis 13.00 und 14.30
Sa. von 9.00 bis 13.00 Uhr

**AUTOMOBILE
BRENZEL**
Iserlohn GmbH & Co. KG
Leckinger Straße 2
58640 Iserlohn
Tel.: 02371/835740
www.autohaus-brenzel.de

ALARMANLAGEN
SITRONIC-Siavers
Sicherungselektronik
kostenlose Beratung vor Ort
Corunnastr. 14 | 58636 Iserlohn
Tel. 0 23 71 / 8 0 97 - 0
www.sieversgruppe.de

**SPORT
2000** **LIFE SPORT**
Iserlohn - Unnaer Straße 21
NIKE FREE 5.0
jetzt erhältlich!
www.life-sport-iserlohn.de

Mann für Körper und Seele

Roosters-Physiotherapeut Sven Kruse ist in den Play-offs gefragt denn je

Sven Kruse ist in den kommenden Wochen einer der gefragtesten Männer bei den Iserlohn Roosters. Der Physiotherapeut der Sauerländer hat die Aufgabe, die geschundenen Körper wieder in Form zu bringen, so dass die Spieler innerhalb von kürzester Zeit jedes Spiel auf Neue ihre Topleistung abrufen können.

VON ANDRÉ GÜNTHER

„Sven ist unheimlich wichtig in unserem Team. Er ist ein Profi durch und durch und kennt alle Tricks, die man anwenden kann“, freut sich Iserlohns Trainer Jari Pasanen über die gute medizinische Unterstützung im Verein.

In den Play-offs ist Kruse fast den ganzen Tag für die Roosters im Einsatz. Der Spieltag beginnt für ihn um etwa 9 Uhr. In der Kabine warten bereits einige Spieler auf ihre Behandlung. „Es geht hauptsächlich um Massagen und Tapes. Der eine oder andere Spieler muss auch eingerechnet werden.“ Der Rest der Spieler bereitet sich auf das Abschlusstraining vor. Es wird sich im Kraftraum aufgewärmt, gedehnt und die Muskeln trainiert. Dann geht es um 10.30 Uhr für die Spieler auf das Eis. Nun hat der Physiotherapeut Zeit, sich den schwerer verletzten Spielern zu widmen und sie zu behandeln. Nach dem Training geht es weiter mit Massagen bis 13 Uhr.

Zwei Stunden vor Spielbeginn ist er dann wieder in der Kabine der Sauerländer. Es geht darum, die Spieler für die Partie zu „präparieren“. Tapes und Verbände werden angelegt, die Spieler gestretched und der eine oder andere bekommt eine kurze,

aber knackige Vorwettkampfmassage.

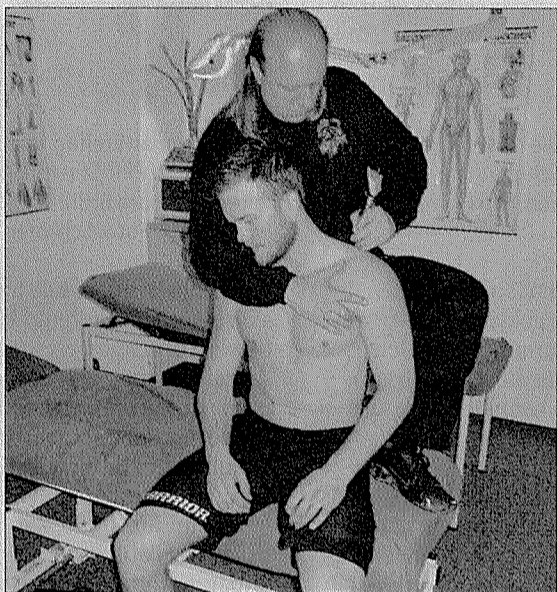
Nach dem Spiel geht es dann zur „Bestandsaufnahme“. „Es muss nachbehandelt werden, wobei die Spieler so unter Adrenalin stehen, dass sie die Schmerzen zum Großteil erst am anderen Morgen merken. „Denen, die abends schon etwas spüren, gebe ich Eis mit nach Haus, lege Nachtverbände an - oder in schwerwiegenderen Fällen werden sie noch in die Hemeraner Paracelsusklinik gefahren. Dort haben wir die Möglichkeit, innerhalb von zwölf Stunden ein MRT zu bekommen.“

Bereits am nächsten Morgen geht es dann mit zahlreichen Besprechungen und Telefonaten um 9 Uhr weiter. „Die Play-offs sind eine Hochbelastungsphase. Da geht es darum, alle Möglichkeiten auszunutzen, damit der Körper möglichst schnell entschlackt wird. Das gelingt zum einen durch Massagen. Zum anderen benötigen die Spieler nach einer Begegnung direkt Wärme und Kälte im Wechsel.“ Aber auch die Verpflegung spielt eine große Rolle. „Wir haben spezielle

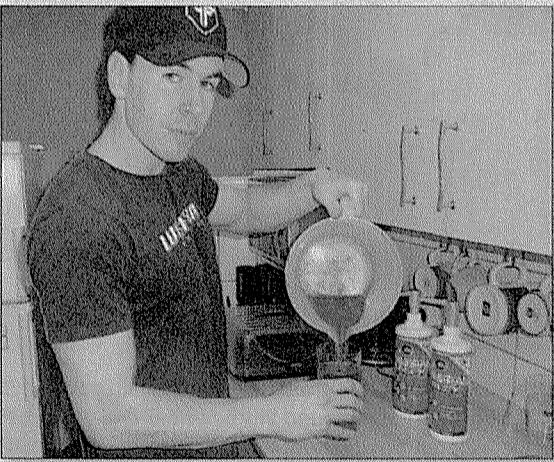
Regenerationsgetränke, mit denen die Spieler versuchen, den Flüssigkeitshaushalt wieder auszugleichen. Dazu ist es wichtig, dass alle nach dem Spiel direkt etwas essen, egal ob sie Hunger haben oder nicht. Kohlenhydrate und Eiweiß benötigt der Körper besonders. Wir wiegen sogar die Spieler regelmäßig, um einen möglichen Substanzverlust zu verhindern.“ Darüber hinaus sollten die Akteure möglichst viel schlafen, um zu regenerieren.

Völlig gesund kommt in der Regel kaum ein Spieler durch die Serie. Prellungen, Platzwunden und muskuläre Probleme stehen für Sven Kruse auf der Tagesordnung. „Das Problem ist halt, dass jeder spielen will - und sie deshalb häufig mit den Verletzungen nicht zu mir kommen oder dem Trainer nichts davon sagen. Es gibt bei uns keine Drückeberger, und anders als im Fußball kann man es ja versuchen. Wenn man in der Partie merkt, es geht nicht, kann man das immer noch sagen.“

Ob angeschlagene Spieler eingesetzt werden können, entscheidet immer das Team aus Physiotherapeut, den behandelnden Ärzten und dem Trainerstab. „Wir sprechen uns dabei immer gut ab.“ Sven Kruse ist sich im übrigen sicher, dass neben Talent, spielerischer Klasse, Taktik und der besseren Einstellung sich am Ende die Mannschaft durchsetzen wird, die am besten trainiert ist und am schnellsten regeneriert. In diesem Bezug sieht er bei den Roosters kein Problem, schließlich halten die sich das ganze Jahr über in seinem Fitnessstudio „Medivital“ in Hemer in Form, wovon er sich regelmäßig ein Bild macht.



Gerade in der Play-off-Zeit ist Sven Kruse bei den Spielern ein gefragter Mann. Hier behandelt er gerade Cody Sylvester.
Fotos: Günther



Aufgrund der großen körperlichen Belastung nehmen die Roosters-Spieler wie Collin Danielsmeier spezielle Regenerationsgetränke zu sich.