

Turnverein 1894 Zell am Neckar e.V. (TVZ)
Geschäftstelle: Lienhardstraße 4, 73730 Esslingen
Tel. 0711/36 76 55 Fax: 0711/36 09 564 oder tv-zell@t-online.de

30 Jahre Herzgruppen beim TV-Zell

Im November 1980 gründeten Dieter Mangold, damals 1. Vorsitzender des Turnvereins Zell, und Kurt Scheible als damaliger 2. Vorstand auf Initiative von Dr. med. Wolfgang Mahringer die erste Herzgruppe beim TVZ. Der Zeller Verein war damit der Erste, der in Esslingen ein Sportangebot zur Rehabilitation für Patienten nach einem Herzinfarkt hatte.

Anfangs war die Zahl der Interessenten für diese Gruppe so groß, dass es eine Warteliste gab. „Dieser Zustand war für uns unbefriedigend. 1984 gründeten wir eine zweite Gruppe und 1987 kam eine weitere Gruppe hinzu. Heute haben wir damit für 75 Herzpatienten, Frauen und Männern, ein passendes Sportangebot im Turnverein Zell,“ berichtet Anneliese Mangold, die seit 1983 für die organisatorische Betreuung der Gruppen im TVZ zuständig ist. Von Anfang an dabei ist der Initiator der Herzgruppen in Zell, der Internist und Kardiologe Dr. med. Wolfgang Mahringer. Gemeinsam mit seinen beiden Kollegen Dr. med. Georg Mayer, Dr. med. Jens-Uwe Deiters und der DRK-Bereitschaft Zell werden die drei Gruppen bei ihren Trainingsstunden betreut.

„1980 haben wir mit den Herzgruppen Neuland betreten. Der früher als Therapie verordneten absoluten Ruhe nach einem Herzinfarkt folgte eine kontrollierte und dosierte körperliche sportliche Betätigung. Auf Grund der Erfolge in der Präventivmedizin hat sich auch das „Krankheitsbild“ in den Gruppen gewandelt, so dass die klassischen Patienten nach einem Herzinfarkt in unseren Sportgruppen eher die Minderheit sind gegenüber den Patienten mit koronarer Herzerkrankung und mit Aufdehnung von Gefäßverengungen und ein Offenhalten durch eine Stentversorgung bzw. mit Zuständen nach Gefäß- und Klappenoperationen und anderen Herzerkrankungen“ stellt Dr. Mahringer fest.

Neben den in den Gruppen anwesenden Ärzten sind es in erster Linie die Übungsleiter, die ihre „Patienten“ wohl dosiert fit halten. Mit Brigitte Briem, Katja Schuster und Hans Fickenscher hat der Turnverein Zell 3 für den Rehabilitationssport qualifizierte Übungsleiter. Wie sieht eine Sportstunde bei den Herzgruppen aus: Auftakt bildet, wie bei allen anderen sportlichen Aktivitäten auch, das Aufwärmen. Ein flottes Gehen, bei dem man sich unterhalten kann und auch unterhalten soll, was in den bunt gemischten Gruppen aus alten und neuen Teilnehmern auch nicht schwer fällt. Die eigentlichen Übungen kommen aus dem gesamten Bereich der Gymnastik, jedoch immer im Rahmen der individuellen Möglichkeiten. Alles was einen Wettkampfcharakter hat, wird beim Sport in den Zeller Herzgruppen unterlassen.

Die Übungsstunden aller drei Gruppen finden immer **donnerstags von 19.00 bis 20.00 Uhr in der Sporthalle des Berufsschulzentrums Zell**, Steinbeisstraße 17, statt. Nähere Informationen über die Angebote des TVZ: www.tvz-neckar.de. Ansprechpartnerin für Interessenten an den Herzgruppen: Anneliese Mangold (Tel. 0711/366236).



So geballt treten die drei Zeller Herzgruppen nur zum Gruppenfoto auf. Trainiert wird in drei Gruppen mit max. 25 Teilnehmern.



Die "Urgesteine" der Zeller Herzgruppen, Dr. med. Wolfgang Mahringer, Initiator und betreuender Arzt, Anneliese Mangold, organisatorische Leitung der Gruppen und Walter Wahl, Übungsteilnehmer seit 1980.