

respect.de

Die Jugendcommunity der Aktion Mensch

Aktion Mensch

Freier Fall

Gepostet von Sonja am 21.08.2013

Claudia Breidbach liebt Fallschirmspringen: Die einhändige Springerin ist eine Pionierin der Lüfte – und möchte Vorbild für Menschen mit und ohne Handicap sein.



Text: Sonja Peteranderl, Fotos: Privat

Aus 4000 Metern ins Nichts springen, durch die Luft gleiten, mit dem Fallschirm wieder auf dem Boden landen: Claudia Breidbach war sofort fasziniert vom Fallschirmspringen, als sie es zum ersten Mal ausprobierte – heute springt sie regelmäßig und nimmt mit ihrer Mannschaft „KARMA“ Anfang September in der Einsteigerklasse an der Deutschen Meisterschaft im Fallschirmspringen in Salgau teil.

Die 42-Jährige, die in Koblenz lebt und arbeitet, ist ohne linken Unterarm geboren worden und musste sich für ihre sportliche Leidenschaft eine Spezialausrüstung anfertigen lassen. Auf ihrer Webseite informiert Claudia Breidbach über ihren Weg und möchte andere Menschen mit und ohne Handicap motivieren: „Ich möchte Mut machen und den Menschen zeigen, was möglich ist“, sagt sie.

Was fasziniert dich am Fallschirmspringen beziehungsweise Skydiving?

Es erfüllt mich mit Glück nach dem Exit von der Geschwindigkeit erfasst zu werden und mit der anströmenden Luft im Freifall zu spielen und meine Bewegungen zu kontrollieren. Da spüre ich, dass ich lebe! Es zeigt jedem Menschen, dass er nur ein winziger Teil des Ganzen ist. Dort oben in der Höhe ist es so friedlich. Dort bin ich in meinem Element und bin frei!

Wie und wann bist du dazu gekommen, es auszuprobieren?

Meine Freundin Ellen hat mich im Herbst 2008 dazu animiert, zusammen mit ihr einen

Tandemsprung zu machen. Schon beim ersten Sprung wusste ich, dass ich auch selbst eine „Skydiverin“ werden will.

Wie viele Male bist du bisher gesprungen und was war der Sprung, der dir am meisten in Erinnerung geblieben ist?

Derzeit habe ich eine Sprunganzahl von 413 Sprüngen. Der erste Sprung als „Solospringer“, ganz alleine in der Luft, bleibt mir bis heute in Erinnerung. Das war der Sprung Nummer 8, „Freisolo“ nach meiner Freifallausbildung in sieben Leveln. Nach drei Ausbildungssprüngen (Level 5, 6 und 7) an einem Tag, sollte dieser „erste Solosprung“ den 4. Ausbildungstag krönen.

Damals habe ich als letzte Springerin das Flugzeug verlassen. Das war ein Gefühl! Echt krass! Ich habe mich aus dem Flugzeug gestürzt, mich selbstständig frei in der Luft bewegt und konnte mich problemlos stabilisieren und den Freifall genießen. Nach der Landung wurde ich am Boden von den anwesenden Kindern mit einer Laola-Welle begrüßt. Alle am Sprungplatz anwesenden Springer und Nichtspringer begrüßten mich mit Applaus. Das war was! Nach all den Anstrengungen im Vorfeld der Ausbildung war ich so stolz es geschafft zu haben. Ein toller, unvergesslicher Moment.

Welchen Moment magst du am liebsten: das Adrenalin davor, aus dem Flugzeug herauszuspringen, die Flugphase beim Springen oder die Landung?

Der Moment beim Verlassen des Flugzeugs ist großartig. Wenn die Welt einem zu Füßen liegt und der Himmel mit kleinen „Schäfchenwolken“ durchzogen ist. Wenn man innerhalb von 10 Sekunden die Endgeschwindigkeit von 200 km/h erreicht und ich die Geschwindigkeit am ganzen Körper spüre. Dieses Gefühl ist unglaublich und macht mich glücklich!

Selbstverständlich ist der Moment nach einem erfolgreichen Teamsprung auch klasse. Wenn das Team in der Luft harmonisiert, die Formationen sauber und zügig gezeigt wurden und unser Videomann Marcel Taubert ein tolles Video davon gemacht hat.

Gab es anfangs Vorbehalte gegenüber deinen Plänen?

Vorbehalte gab es nur von Menschen die mich nicht kannten beziehungsweise die noch nie Kontakt zu und mit behinderten Personen gehabt haben. Jeder, der mich kennt, weiß wie stark ich mich einbringe, um meine Ziele zu erreichen. Meinen Freunden und meiner Familie war von Anfang an klar, dass ich es schaffen werde. Meine Mutter wurde hierzu einmal befragt. Sie meinte: „Wenn die Claudia was will, dann setzt sie das auch um. Sie kann das und schafft was sie sich vornimmt!“

Ist Springen für dich anstrengender oder herausfordernder als für Menschen ohne Handicap?

Die Herausforderung lag darin, einen Ausbilder zu finden, der bereit war mir eine Chance zu geben und die AFF-Ausbildung durchzuführen. Die Herausforderung bei mir lag darin, eine Möglichkeit zu finden, die Steuerschleife mit der fehlenden linken Hand zu halten beziehungsweise zum Lenken des Fallschirms fest nach unten zu ziehen. Hierzu habe ich zusammen mit meinem Ausbilder Volker Wesenberg und meinem Orthopädietechniker Benedikt Stollhof aus Ersatzteilen eine „Sprungprothese“ entwickelt mit einer vorgebogenen Prothesenhand. Durch eine zusätzliche Kniestulpe, die ich mir von der Prothese über den Oberarm ziehe, kann der aufkommende Zug und somit die Belastung auf den kompletten linken Arm verteilt werden.

Letztendlich ist es nicht unbedingt anstrengender für mich als für andere Springer. Das Packen des Fallschirms mit nur einer Hand das ist für mich anstrengender. Und selbst hier grinse ich und sage: „Es gibt Springer, die können ihren Schirm auch mit zwei Händen nicht packen!“

Wie sieht deine spezielle Ausrüstung aus?

Zu meiner Ausrüstung zählen eine spezielle Sprungprothese und mein Gurtzeug (Haupt- und Reservefallschirm) mit einem SOS-Notfallsystem. Die Sprungprothese habe ich in Zusammenarbeit mit meinem Ausbilder Volker Wesenberg und meinem Orthopädietechniker

Benedikt Stollhof von der Firma Sauer+Knorr aus Neuwied selbst entwickelt. Hierbei wurden die Erfordernisse im Freifall und bei der Schirmfahrt berücksichtigt.

Im Freifall muss die Prothese fest mit meinem Arm verbunden und trotzdem beweglich sein. Bei der Schirmfahrt muss die linke Steuerschleufe durch die Prothesenhand festgehalten werden. In einer Notsituation muss jedoch die Steuerschleufe problemlos wieder aus der Prothesenhand entfernt werden können. Bei der Landung muss die Verbindung zwischen der Sprungprothese und meinem Arm so fest sein, dass ich die Steuerleinen zur Landung fest nach unten ziehen kann und die Schleufe nicht aus der Prothesenhand gleiten kann. Die Verbindung zwischen Arm und Prothese funktioniert so gut, dass ich im Fitnessstudio sogar mein Körpergewicht damit halten kann.

Weiterhin wurde mein Gurtzeug mit einem „Ein-Hand-Notsystem“ ausgestattet. Ich benutze ein „SOS-System“ mit nur einem Griff auf der rechten Seite des Tragegurts. Mit diesem System kann auf halber Strecke das Abtrennen der Hauptkappe ausgelöst und im weiteren Verlauf auch der Reservefallschirm aktiviert werden. Bei einem herkömmlichen Notsystem befindet sich der Trenngriff des Hauptfallschirms am rechten Tragegurt und der Griff für die Reserve am linken Tragegurt.

Deine Ausrüstung war eine Sonderanfertigung – wie hast du das bezahlt und konntest du finanzielle Unterstützung beantragen?

Ich habe jegliche Aufwendungen im Vorfeld (etwa Prothesenbau, Umbau des Schülergurtzeugs, Investition in eigenes Gurtzeug, Trainingseinheiten), während der Ausübung (Dokumentation, Fotos, Pressearbeit) und meine Teammitgliedschaft selbst getragen. Im Hinblick auf eine Unterstützung meines Unterfangens passe ich wieder einmal in kein Raster. Meine Bemühungen in dieser Hinsicht finanziell unterstützt zu werden, haben leider noch keine Früchte getragen.

Meine Ausbildung mit Sprunganzahl zur Lizenz, Training und Vorbereitung, Ausrüstung hat etwa 11.000 Euro gekostet. Pro Sprung kommen dann noch einmal 29 Euro hinzu. Mein Anteil an der Teamsaison kostet mich 4.500 Euro. Eine Teamsaison mit meinem Team „KARMA“ - 70 Teamsprünge mit Coach und Technik-Tunneltraining - kostet ca. 18.000 Euro.

Musstest du irgendwelche speziellen Anforderungen bei der Scheinprüfung bestehen, war da irgendetwas anders?

Im Hinblick auf die Erlangung der Lizenz gab es keine Besonderheiten. Ich habe das Fallschirmspringen im Zuge einer AFF-Ausbildung gelernt. In Deutschland sind als Ausbildungsmethode die konventionelle Fallschirmausbildung und die AFF-Methode (Accelerated Free Fall – Beschleunigte Freifallausbildung) zugelassen. Während der AFF-Ausbildung führt der Schüler bei beiden Methoden Sprünge durch, bei denen er Aufgaben zu lösen hat. Das können ein besonderer Exit (Verlassen des Flugzeuges), Drehungen im Freifall und eine Ziellandung sein. Bei der AFF-Ausbildung werden sieben Level absolviert, in der der Sprungschüler von Ausbildern im Freifall begleitet wird. Während der Ausbildung ist das Tragen eines Hartschalenshelms und ein automatisches Öffnungsgerät (Cypress) für den Fallschirm Pflicht. Während der Ausbildung darf der Schüler nur unter Aufsicht eines geprüften Ausbilders springen. Das beinhaltet unter anderem einen Ausrüstungscheck vor dem Besteigen des Flugzeuges.

Zum Erhalt der Lizenz muss ein Schüler in Deutschland eine theoretische Prüfung ablegen (Multiple Choice) und zwei Prüfungssprünge aus 1.200 und mindestens 3.000 Metern absolvieren. Der Schüler muss bis dahin mindestens 23 Sprünge vorweisen können und mindestens 16 Jahre alt sein. In Österreich müssen mindestens 28 Sprünge nachgewiesen werden, damit er hier einen Prüfungssprung und die schriftliche Prüfung ablegen kann. In anderen Ländern kann es daher je nach bestehenden Luftfahrtgesetzen weitere Abweichungen geben.

Die einmal erworbene Lizenz ist unbeschränkt gültig. Regelmäßige medizinische

Kontrolluntersuchungen sind nicht vorgeschrieben. Es sind mindestens 12 Sprünge in den letzten 12 Monaten nachzuweisen.

Als Technik-Trainingsmethode wird das Bodyflying/Indoor-Skydiving in einem vertikalen Windkanal/Windtunnel, einem Rundturm mit starkem Motor und horizontalem Propeller oder starkem Luftgebläse, durchgeführt.

Wie bereitest du dich auf einen Fallschirmsprung vor?

Ich achte darauf, dass ich mein Equipment vollständig trage und das Cypress angeschaltet ist. Ich ziehe meine Ausrüstung immer auf die gleiche Weise und in der gleichen Abfolge an. Zuerst ziehe ich meine Sprungkombi an und danach den Bleigurt zum Ausgleich meines geringen Körpergewichtes. Dann nehme ich mein Gurtzeug, steige in die Beingurte, lege die Tragegurte an, schließe die Beingurte und den wichtigen Brustgurt, der die Tragegurte während des Freifalls im Brustbereich zusammenhält. Anschließend ziehe ich meinen Handschuh und den Höhenmesser an.

Bevor ich den Helm anziehe, stecke ich mir meinen Gehörschutz in beide Ohren und schaue nach, ob mein akustischer Höhenmesser im Helm eingeschaltet ist. Den Helm nehme ich mit und ziehe ihn an bevor ich in den Flieger steige. Im Flugzeug in 3000 Meter Höhe werden die Komponenten noch einmal gecheckt und die Scheingriffe, die im Notfall zum Trennen der Hauptkappe und zur Aktivierung der Reserve erforderlich sind, durchgeführt. Dann geht die Tür auf und los geht's! Exit!

Siehst du dich als Vorbild für andere Menschen mit Handicap - und was möchtest du ihnen vermitteln?

Ich sehe mich als Vorreiter für Menschen mit und ohne Handicap. Ich möchte Mut machen und den Menschen zeigen, was möglich ist. Im Hinblick auf das Fallschirmspringen mit Handicap gab es vor meinem Engagement keine Informationen oder Anlaufstellen, auch nicht im Internet. Mir konnte niemand weiterhelfen, so dass ich auf mich selbst gestellt war. Es war für mich ein harter Weg, meinen Traum umzusetzen. Aber es hat sich gelohnt und wird auch gewürdigt.

Mit meiner Internetseite one-hand-skydiver.de habe ich begonnen, meine Erfahrungen zu vermitteln und aktiv zu werden. Verschiedene Veröffentlichungen in unterschiedlichen Magazinen und Zeitungen folgten. Im Zuge der Sicherheitstagung des Deutschen Fallschirmsport Verbandes habe ich 2011 einen Vortrag zum Thema „Fallschirmspringen mit Handicap“ gehalten und alle begeistert. In der Szene des Fallschirmsports werde ich akzeptiert und als Ansprechpartnerin für besondere Vorhaben so manches Mal um Rat gefragt. Das macht mich stolz und zeigt, dass es sich lohnt an sich zu glauben und sein Ziel umzusetzen.

Derzeit trainiere ich mit meinem 4Way-Team „KARMA“ für die Teilnahme an der Deutschen Meisterschaft im Fallschirmspringen in der Einsteigerklasse Anfang September 2013 in Saulgau. Wir wollen gewinnen und auch hier ein Zeichen setzen. Es war nicht einfach für mich drei Fallschirmspringer zu finden, die zusammen mit mir ein Team gründen wollen. Daher danke ich meinen Teammitgliedern und unserem Videomann - ich bin stolz auf Euch!

Wie viele Springer mit Handicap gibt es denn in Deutschland – und ist das eine Art Community, die sich öfter trifft und gemeinsam springt?

Die genaue Zahl kann ich leider nicht sagen. Aber ich weiß nur soviel, es sind nur wenige. Eines meiner Ziele ist es, eine Art „Community“ mit gehandicapten Fallschirmspringern ins Leben zu rufen. In Amerika gibt es bereits eine Community. Sie nennen sich „Pieces of Eight“ und treffen sich an verschiedenen Orten zum gemeinsamen Fallschirmspringen. In Deutschland würde ich mir eine solche Community auch wünschen.

Linktipps:

Webseite von Claudia Breidbach: www.one-hand-skydiver.de

Claudia Breidbachs 4Way-Skydive-Team „KARMA“

Blinder Surfer: Die Wellen spüren

Fußballtalent ohne Füße

Claudia liebt Fallschirmspringen - und möchte Vorbild für Menschen mit und ohne Handicap sein

◀ 1 / 2 ▶



Kategorien: Sport und Action

Bisher 2 Kommentare

respect.de-Redaktion (Gast) am 27.08.13, 16:54 Uhr

Hallo Jürgen,

der Beitrag stellt die Fallschirmspringerin Claudia Breidbach vor und erklärt, wie es auch mit einem Handicap möglich ist, spannende Sportarten auszuüben. Eine spezielle Organisation ist hier nicht Bestandteil des Beitrags. Die (private) verlinkte Internetseite ist die von Claudia selbst, und versucht Privatpersonen die Faszination des Skydivens näher zu bringen.

Mit besten Grüßen,

respect.de-Redaktionsteam

jürgen (Gast) am 23.08.13, 07:24 Uhr

warum hier mit dem Logo von AKTION MENSCH geworben wird finde ich verwirrend. Dies Orga tut nichts für Privatpersonen!!! es wird hier aber suggeriert das Aktion Mensch"solche Aktionen unterstützt!!!

Menschen mit einer Behinderung bekommen KEINE finanzielle Hilfe für sportliche Aktivitäten in der BRD!!!!

Neueste Kommentare

Was bei mir übrigens zu einiger Verwirrung gesorgt hat, ist dass der DBSV zwar schreibt, dass im...

von: Karoline (Gast)

am 04.09.13, 11:05 Uhr

zu: Bundestagswahl für alle unter 18

Hallo Jürgen, der Beitrag stellt die Fallschirmspringerin Claudia Breidbach vor und erklärt,...

von: respect.de-Redaktion (Gast)

am 27.08.13, 16:54 Uhr

zu: Freier Fall

warum hier mit dem Logo von AKTION MENSCH geworben wird finde ich verwirrend. Dies Orga tut...

von: jürgen (Gast)

am 23.08.13, 07:24 Uhr

zu: Freier Fall

Ich liebe Jules Blog. Aber den kenne ich noch gar nicht so lange, wie ich eigentlich blogge....

von: Laura (Gast)

am 09.08.13, 17:49 Uhr

zu: Aufmerksamkeit statt Mitleid

Danke für den sehr informativen Beitrag. Schön zu sehen, dass die Orientierung per Klick von...

von: dasgehirn.info - Kosmos i (Gast)

am 31.07.13, 15:20 Uhr

zu: Und es hat "Klick!" gemacht

« Zurück zur Übersicht

Quell-URL: <http://212.66.17.154/projektblog/eintrag.php?eid=889>