

„Ich habe mein Leben dem Funnsport gewidmet“

magaScene: Im Interview mit Hannovers Funnsport-Pionier **DETLEF REHBOCK** (Soulstyle GmbH)

HANNOVER. Hand hoch, wer in seiner Freizeit an einem einzigen Tag auf einem Skateboard, Surfbrett und Snowboard gestanden hat und nacheinander über Asphalt, Wellen und Naturschnee geglitten ist. Detlef Rehbock hat sich diesen Traum in jungen Jahren auf Hawaii erfüllt. Sein Leben für den Funnsport begann Mitte der 1970er Jahre, als sein Kumpel ein Skateboard geschenkt bekam. Zum Asphalt gesellte sich ab 1984 auch der Schnee als Grundierung seiner Hobbys, nach eigener Aussage war er sogar der erste Snowboarder Norddeutschlands. In beiden Sportarten holte der gebürtige Hildesheimer in jungen Jahren etliche Meistertitel. Jens Bielke sprach mit Hannovers 65-jährigem Funnsport-Pionier, der die lokalen Events „skate by night“ und „Velo City Night“ erfand. Das ganze Interview steht in der November-Ausgabe der magaScene.

magaScene: Dete, im Jahr 2000 nahm der Duden erstmalig den Begriff „Funnsport“ in seinen Definitionskanon auf, mit dieser Erklärung: ein unkonventioneller Sport, bei dem das Vergnügen im Vordergrund steht. Seit wann bist Du vergnügungssüchtig?

Rehbock: Seit 50 Jahren! Der Vater eines Kumpels war Amerikaner und brachte seinem Sohn aus den USA ein Skateboard mit. Das muss um 1975 gewesen sein. Das kann ich deswegen so datieren,

weil 1977 das erste deutsche Skate-Magazin auf den Markt kam, mit einem Foto von mir! Der Begriff Funnsport existierte damals noch nicht, auch das Thema Skateboarden war in Deutschland noch nicht präsent.

magaScene: Kannst Du Dich an das Gefühl erinnern, als Du zum ersten Mal losgerollt bist?

Rehbock: Der besagte Kumpel hat mir sein Skateboard hingehalten - aber ich wusste gar nicht, was ich damit machen sollte (lacht). Er hat sich dann aufs Brett gestellt und ist vorsichtig losgefahren. „Wie geil“, dachte ich. Wir sind dann losgezogen, haben die Gegend nach Hügeln abgesehen und sind diese dann heruntergerauscht, mal im Sitzen, mal im Stehen. Wir waren total high von diesem Freiheitsgefühl. Das war der Hammer. Das Skateboard blieb dann bei mir...

magaScene: Echt?

Rehbock: Ich habe es dann aber wieder rausgerückt und sofort meine Rollschuhe zerlegt, die Rollen auf ein Brett genagelt und bin mit diesem Board Marke Eigenbau die Hügel in unserer Gegend heruntergerauscht. Ich stand dann in meiner Jugend fast täglich auf dem Brett. Die Boards aus dem Handel waren anfangs wirklich schlimm, aus Plastik, viel zu schmal, kaum lenkbar. Eigentlich konnten wir damit nur ein bisschen herumrollern.



magaScene: Wie haben die Freunde auf Dein neues Hobby reagiert?

Rehbock: Mit Kopfschütteln. Ich kicke - wie fast alle Kinder in unserer Siedlung - in einem Fußballverein. Als ich dann immer häufiger mit dem Skateboard zum Training kam und vorab auf dem Parkplatz ein paar Tricks auf dem Brett übte, fragten einige, was das solle. Irgendwann habe ich dann gemerkt, hier gehöre ich nicht mehr hin. Ich bin dann aus dem Fußballverein ausgetreten. Skater waren damals Einzelgänger, wir brauchten keinen Verein, keine Anleitung. Jeder ist für sein Handeln selbst verantwortlich. Rauf aufs Brett und los.

magaScene: Und wie hat die

Öffentlichkeit Ende der 1970-er Jahre auf Euer neues Hobby geschaut?

Rehbock: Skateboarden im öffentlichen Raum müsse sofort verboten werden! Fernsehberichte suggerierten, dass diese neue Freizeitbeschäftigung aus den USA viel zu gefährlich sei, für den Skateboarder selbst, aber vor allem für Passanten und andere Verkehrsteilnehmer. Überall wo wir auftauchten, waren wir unerwünscht. In Hannover war unser beliebtester Treffpunkt der Opernplatz. Die Sandsteinstufen eigneten sich super für unsere Sprünge. Natürlich brach dann auch mal eine kleine Ecke von einer Kante ab. Dann gab es sofort ein Drama mit der Security. Skateboarder wurden eigentlich immer

„Skater waren damals Einzelgänger, wir brauchten keinen Verein, keine Anleitung.“

Foto: Clemens Niehaus

verscheucht. Wir wehrten uns dann mit dem bekannten Aufkleber „Skateboarding is not a crime“ gegen diese Ausgrenzung. Aus diesem Kampf schöpfte die Szene viel Kraft und wuchs zusammen.

magaScene: 50 Jahre auf dem Skateboard, 40 Jahre auf dem Snowboard. Wie viele Knochen hast Du Dir in dieser Zeit gebrochen?

Rehbock: Zum Glück nur ein paar, aber manche Blessuren waren sehr langwierig. Das Schlimmste war ein Bänderriss im Knie. Der Meniskus musste raus, die Bänder wurden verkürzt, das hat mich die Profikarriere gekostet.

magaScene: Stehst Du heute noch regelmäßig auf dem Brett?

Rehbock: Ab und zu rolle ich nochmal durch die Gegend, das ist aber kein Vergleich zu früher, meine Knochen sind einfach richtig runter, so langsam spüre auch ich das Alter. Das gilt auch für das Snowboarden. Aus acht Metern Höhe in den Schnee springen, das schaffe ich körperlich nicht mehr. Das muss man einfach akzeptieren.

magaScene: Hast Du Kinder?
Rehbock: Einen Sohn und eine Tochter.

magaScene: Hast Du Ihnen Deine Liebe zum Funnsport vererbt?

Rehbock: Funnsport ja, Skateboarden nein. Beide haben sich dem Kickboxen und Bouldern verschrieben. Mein Sohn hat immerhin noch ein Skateboard, meine Tochter ist öfters bei „skate by night“. Beide machen ihr Ding, und das ist auch völlig okay.

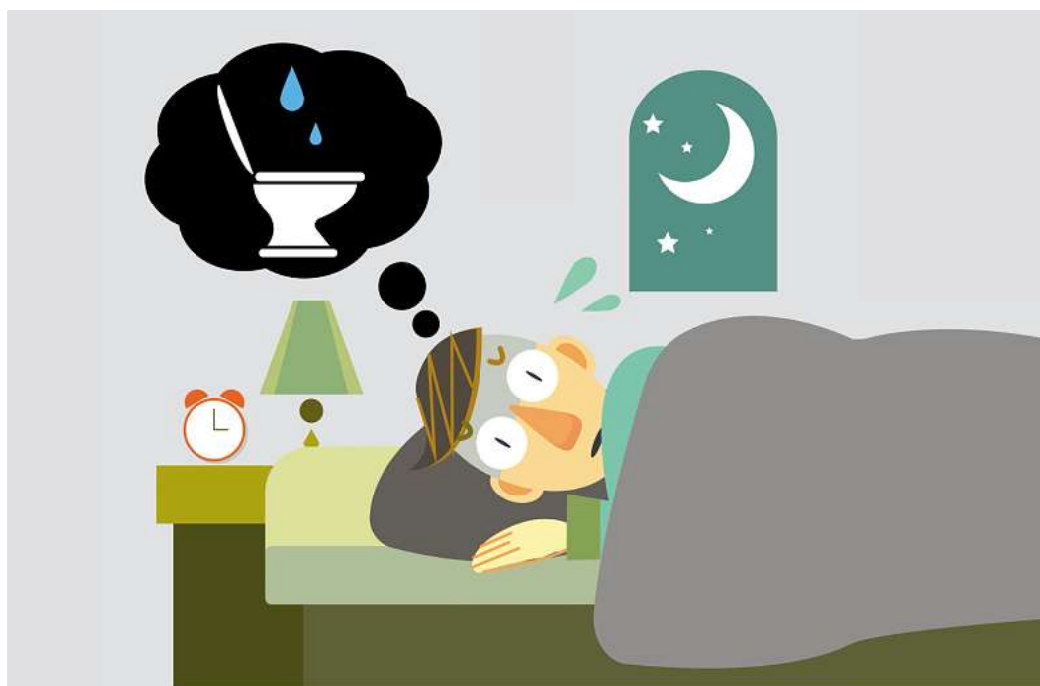


Stadtmagazin für Hannover
magaScene

Viele weitere, spannende Neuigkeiten aus der lokalen Kulturszene finden Sie in der aktuellen Ausgabe unseres Partnermediums magaScene, monatlich frisch gedruckt und kostenlos an über 500 Auslegestellen in Hannover oder online auf www.magaScene.de inklusive Download-Möglichkeit.

ANZEIGE

SPRECHSTUNDE: Reden wir über nächtlichen Harndrang!



Mag. Dirk Meier
Nährstoffexperte

Nächtlicher Harndrang betrifft sowohl Frauen als auch Männer und ist nach wie vor ein Tabuthema. Was man dagegen tun kann und was dahintersteckt – das verrät unser Experte Mag. Dirk Maier.

Häufiger Harndrang kann für Betroffene schnell zu einem großen Problem werden. Die nächtlichen Wanderungen stören den Schlaf, und am nächs-

ten Morgen ist man erschöpft und schlecht gelaunt. Doch auch tagsüber wird eine sensible Blase oft zur Herausforderung. Man denke nur an lange Autofahrten. Darüber hinaus kann der plötzlich auftretende Harndrang auch zu Krämpfen führen, wenn man ihm nicht schnell genug nachgibt.

Frauen ab 45 besonders häufig betroffen

Bei Frauen findet sich die Ursache meist in der hormonellen Umstellung während der Wechseljahre. Denn dadurch wird die Blasenschleimhaut

dünn und leichter reizbar, wodurch sich die Blase schon bei verhältnismäßig niedrigem Füllstand meldet.

Viele Betroffene kämpfen zusätzlich zum nächtlichen Harndrang auch mit einer sogenannten „Belastungsinkontinenz“. Dabei fällt es schon bei kleinen körperlichen Anstrengungen (zum Beispiel Lachen oder Niesen) schwer, die Blase zu kontrollieren. Der Grund: Durch die hormonelle Veränderung wird auch die Beckenbodenmuskulatur beeinträchtigt – diese verliert dann an Kraft und übernimmt ihre wichtige

Verschlussfunktion nicht mehr in vollem Umfang. Auch vorangegangene Schwangerschaften können zu einer solchen Überbeanspruchung beitragen.

Männer und Prostata

Doch nicht nur Frauen sind betroffen, auch viele Männer haben ein Thema mit nächtlichem Harndrang. Schuld ist hier in der Regel eine gutartige Vergrößerung der Prostata, die in weiterer Folge die Harnröhre einengt. Dadurch kann der Urin nicht mehr ungehindert fließen und ein Rest davon bleibt in der Blase zurück. Genau dieser Rest sorgt dann schnell wieder für das Gefühl, auf die Toilette zu müssen.

Pflanzliche Hilfe

Die gute Nachricht: Es gibt eine pflanzliche Lösung, um den nächtlichen Harndrang in den Griff zu bekommen. Aktuelle Studien zeigen, dass bei kurmäßiger Einnahme von hochdosiertem Kürbiskern-Extrakt der nächtliche Harndrang sowohl bei Frauen als auch bei Männern um fast die Hälfte gesenkt werden kann.¹ Auch die Inkontinenzepisoden gehen signifikant zurück.² Diese Erkenntnisse haben Pharmazeuten genutzt und ein hochwertiges pflanzliches Präparat entwickelt: die Kürbis Tabletten von Dr. Böhm®. Sie enthalten einen speziellen Kürbiskern-Extrakt in besonders hoher Dosierung.

Gut zu wissen

Die pflanzlichen Wirkstoffe benötigen einige Zeit, um ihre volle Kraft zu entfalten, daher wird eine Einnahme von mind. 2 bis 3 Monaten empfohlen.

¹ Terada T. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4):551-61
² Sogabe H. Et al., Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46:727-737

HEILPFLANZE DER WOCHE

Seit Jahrzehnten bewährt

- ✔ Bei sensibler Blase und häufigem Harndrang
- ✔ Bei ungewolltem Harnverlust
- ✔ Stärkt die Blasenmuskulatur

Für Ihre Apotheke: Dr. Böhm® Kürbis für die Frau
60 Stk.: PZN: 15390969

NEU auch für den Mann

- ✔ Kürbis bei nächtlichem Harndrang und für einen normalen Harnstrahl
- ✔ Ginseng unterstützt die Manneskraft
- ✔ Zink für einen normalen Testosteronspiegel

Für Ihre Apotheke: Dr. Böhm® Kürbis für den Mann
30 Stk.: PZN: 19825654