

## Meine Erfahrung mit dem FES-Bewegungstrainer RT300-S

### Travis Oldhouser

Grad der Verletzung: C-5 und C-6  
ASIA-A  
Grund: Autounfall  
Alter bei Beginn: 28



Travis Oldhouser war ein 28jähriger Triathlet, als er vor 5 Jahren in der Hauptverkehrszeit eine Umgehungsstraße in Washington D.C. befuhr und in einen Auffahrunfall mit einem Minivan verwickelt wurde.

“Ich bin fast 2 m groß, zu groß um wirklich gut in einem Rollstuhl zu sitzen“, sagt er ironisch. Aber der gut aussehende, muskulöse Mann mit den in Spitzen abstehenden blonden Haaren und dem schnellen Lächeln fügt schnell hinzu: “Fall es Heilung gibt, werden meine Muskeln dafür bereit sein.”

Er entdeckte das RT300-S im April 2006 während einer Videokonferenz auf einem Seminar im Hershey Medical Center an dem auch Dr. John McDonald teilnahm. “Ich wollte körperliche Stimulation. Ich trainierte meinen Oberkörper, aber es war rein passives Training, kein Widerstand.” Das RT300-S bot ihm nicht nur wirklich guten Widerstand und automatischen Widerstandsanpassung, sondern bewies, dass es praktischer einzusetzen ist, wie andere Räder. “Ich kann es zu Hause einsetzen, muss nicht aus meinem Stuhl heraus und ich könnte es mit auf Reisen mitnehmen.”

Als Mitglied der Philadelphia Magee Eagles – Abteilung II Quad Rugby Nationalmannschaft – sagt Travis, der körperliche Nutzen ist unbestreitbar. “Ich habe wieder Tonus in meinen Beinen. Die Spastiken in meinen unteren Extremitäten sind zurückgegangen. Es hilft mir bei der Verdauung. Meine Durchblutung ist besser. Ich habe keine Wasseranstauungen mehr rund um meine Knöchel. Und ich habe dieses großartige Gefühl des Ausser-Atem-Seins.”

Heute ist Travis Personal Trainer und arbeitet vornehmlich mit körperlich eingeschränkten Personen. “Ich sehe eine Menge Menschen in Rollstühlen, die nichts *tun*.” sagt er und zieht eine Grimasse. “Es ist ein Verbrechen. Ich sag euch, dieses Rad lässt mich sovielen Endorphine produzieren, wie ich es zu Zeiten getan habe, in denen ich Laufen ging. Es hilft mir den Kopf freizukriegen, lässt mich nachdenken.”

Travis hat auch eine Vorliebe für Hochleistungs-Sportwagen. Augenblicklich fährt er einen Mercedes SL600 mit Handsteuerung und hat vor mit diesem an Streckenrennen teilzunehmen.

“Ich will wieder Gefühl und Funktion haben. Jedes kleine Bisschen ist ein Fortschritt. Je aktiver ich bin, desto weniger Spastiken habe ich, desto unwahrscheinlicher sind Infektionen. Es macht das Leben soviel einfacher zu führen. Und ich fühle mich viel besser”

“Und,” fügt er hinzu, “ich bekomme mittlerweile sogar schon Komplimente für meine Beine.”