



Sport
und
Lebensqualität

Dr. Christoph Ettlstorfer

christoph.ettlstorfer@jku.at

www.ettlstorfer.com

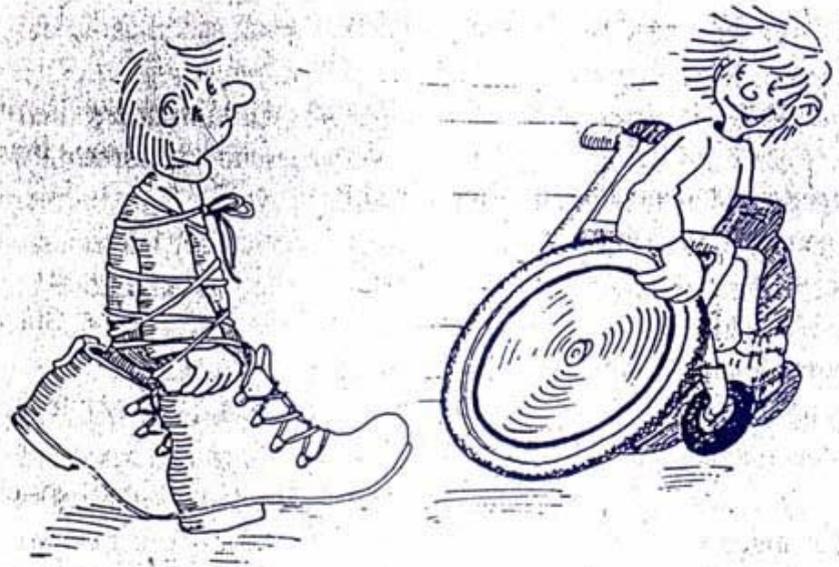
Sport und Lebensqualität

**Wenn Sie jemanden
sehen, der an
den Rollstuhl
„gefesselt“ ist,
verständigen Sie bitte
die Polizei.**

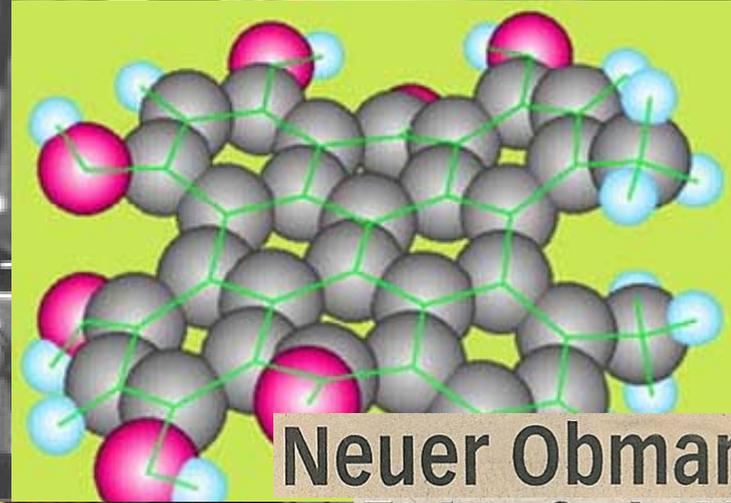
**Oder binden Sie
ihn los.**



**Nimm Rücksicht auf die Langsamen,
die an ihr Schuhwerk gefesselt sind.**



Christoph Etzlstorfer



**Neuer Obmann für RSC
Etzlstorfer ist Vereinsobmann**



Christoph Etzlstorfer



Mit dem „Handbike“ dabei



ROLLSTUHLRUGBY: Taktik vor Brutalität



Sport ---> Bewegung

Herzkreislaufbeschwerden ---> Ausdauer

Cholesterinwerte ---> Ausdauer

Kurzatmigkeit ---> Ausdauer

Immunsystem ---> Ausdauer

Diabetes ---> Ausdauer

Übergewicht ---> Ausdauer ---> Kraft

Rückenschmerzen ---> Kraft

Haltungsprobleme ---> Kraft

Gelenksschmerzen ---> Kraft

Osteoporose ---> Kraft

Zum Arzt oder Vorbeugen

Sport ---> Bewegung



- viel Bewegung
- wenig Essen



- wenig Bewegung
- viel Essen

Sport ---> Bewegung



- Stufen steigen
- spazieren gehen
- aus der Badewanne
- von einem Sofa

- Steigungen fahren
- ins Auto einsteigen
- Transfers
- selber bewegen

Rollstuhlsport - Ursachen

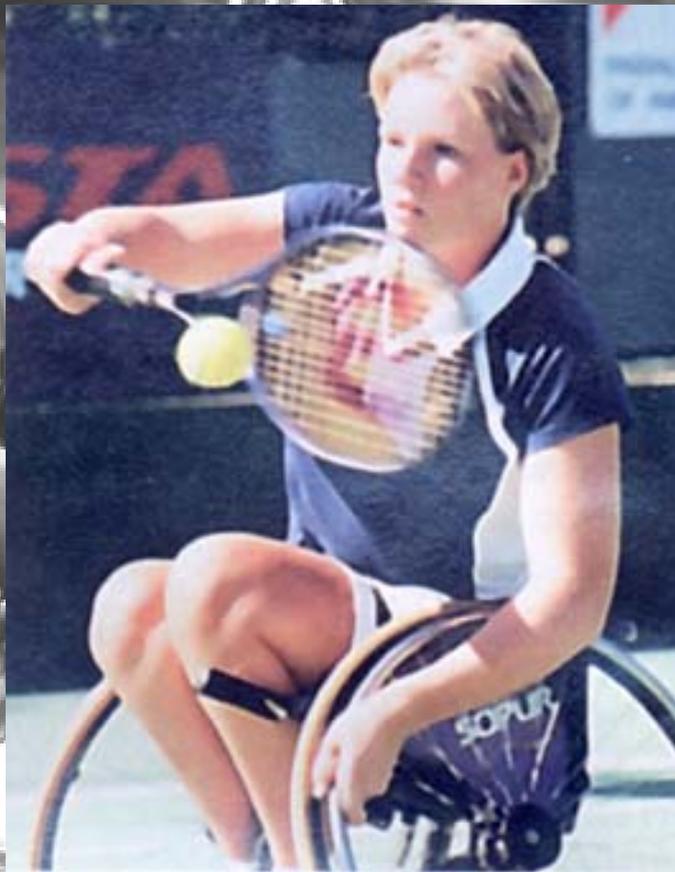
- Querschnittlähmungen
- Amputationen
- Cerebral-Paresen
- Krankheiten wie Polio oder andere
- genetische Ursachen
- Nichtbehindert



Rollstuhlsport



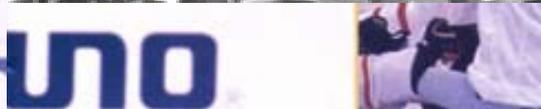
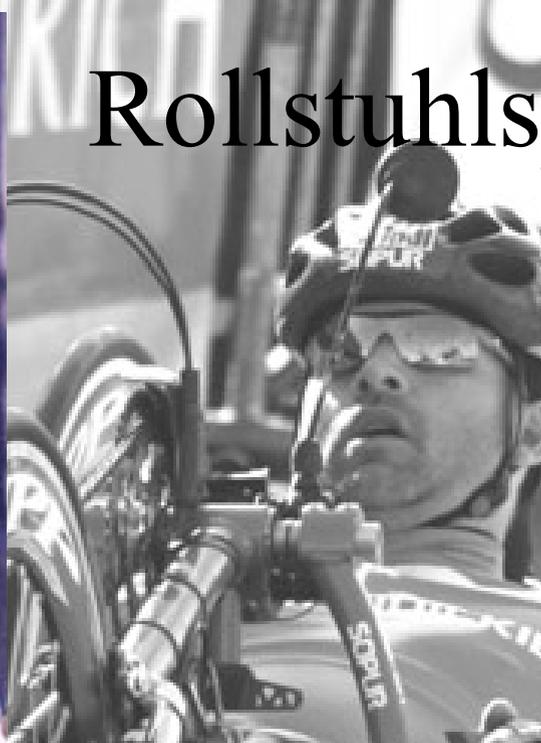
Rollstuhlsport



Rollstuhlsport



Rollstuhlsport



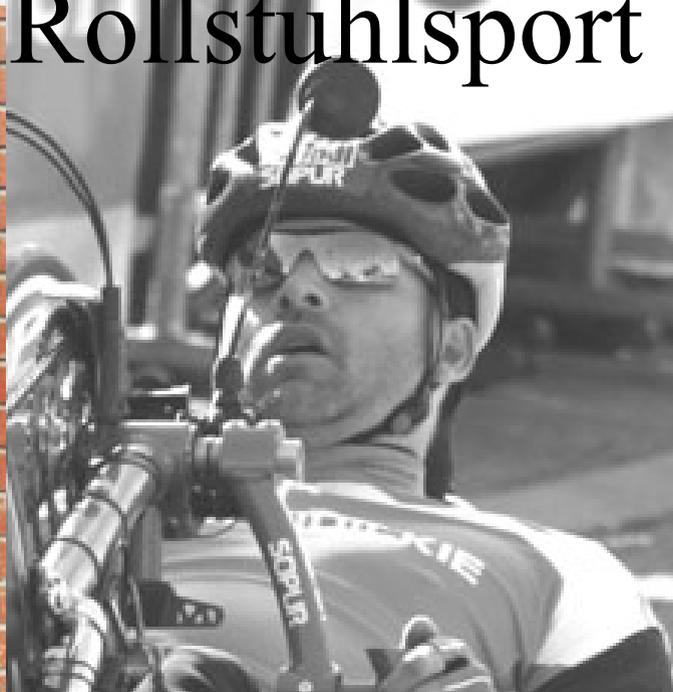
Rollstuhlsport



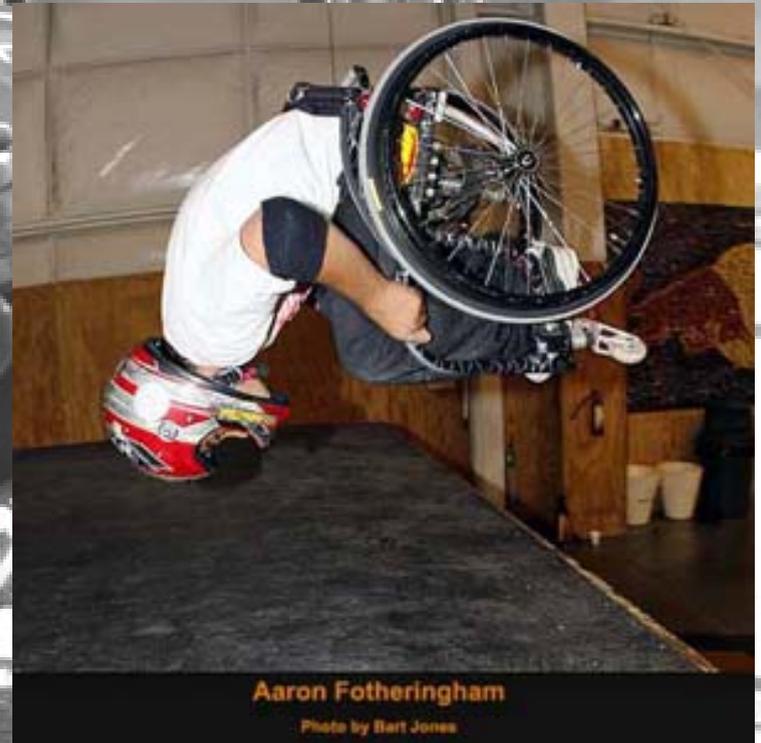
Rollstuhlsport



Rollstuhlsport



Rollstuhlsport



Aaron Fotheringham

Photo by Bart Jones

Rollstuhlsport - Motive

Motive im Sport

- Gesundheit
- Fitness
- Freude
- Gemeinschaft
- Wettkämpfe (Teilnahme)
- Wettkämpfe (Sieg)
- Ausloten der Grenzen



Rollstuhlsport



Inn - Donau



Rollstuhlsport - Integration



Integration im Sport

- im Fitness Center
- beim Tischtennis
- mit dem Handbike
- Tennis
- Schifahren

Umgekehrte Integration im Sport

- Basketball
- Handbike und Rennrollstuhl

Rollstuhlsport - Paralympics

6.-17. September

4000 Sportler

150 Nationen

20 Sportarten

39 Sportler aus Österreich



The Official Website of the Beijing 2008 Paralympic Games September 6-17, 2008

中文

同一个世界 同一个梦想

One World One Dream



Rollstuhlsport

www.rollstuhlsport.at

www.etzlstorfer.com

Dr. Christoph Etzlstorfer

christoph.etzlstorfer@jku.at

www.etzlstorfer.com