

Die Mutter der Kompanie

MZ-ROSE Übungsleiter Hartmut Bethge hat sein zweites Leben dem Sport geschenkt.

VON DETLEF VALTINK

ASCHERSLEBEN/MZ - Noch immer weit verbreitet ist die Meinung, dass Herzranke körperlich nicht übermäßig belastet werden sollen. Doch Kardiologen wissen schon lange, dass die Effekte eines individuell an den Patienten angepassten Trainings gleich groß oder noch besser ausfallen können, als die einer allgemeinen medikamentösen Therapie. „Stabilen Herzpatienten wird empfohlen, an mindestens vier Tagen in der Woche für jeweils mindestens eine halbe Stunde zu trainieren“, erläutert Norbert Smetak, der Bundesvorsitzende des Verbandes niedergelassener Kardiologen. Davon ist schon seit Jahren auch der Ascherslebener Hartmut Bethge überzeugt. Nach einem Herzinfarkt stand er vor der Herausforderung, seine Gesundheit über den Sport zu stabilisieren. Im Januar 1997 hat der heute 72-Jährige angefangen, seine Lebensqualität über die Bewegung positiv zu beeinflussen. Schnell war für den ehemaligen Hauptmechaniker, der bei Alcan in Nachterstedt gearbeitet hatte, klar, dass der Bedarf an solchen Sportgruppen immens ist. War es zunächst das Engagement von Olaf Haberecht, dem Facharzt für Innere Medizin, der sich um die Herzpatienten aufopferungsvoll kümmerte, kam der Punkt, wo der Bedarf immer größer wurde und neue Lösungen gesucht werden mussten. Die fanden sich in der Zusammenarbeit mit Lok Aschersleben. Dort existierte bereits eine Rehabilitations-Sportgruppe, der sich die Herzsportler anschlossen und für die Hartmut Bethge die Verantwortung übernahm. Die Gruppen wurden immer mehr und immer größer. Mittlerweile sind es 240 Reha-Patienten, die heute unter dem Vereinsdach ansässig sind. Und mit-tendrin und für alle da, sozusagen als die Mutter der Kompanie, ist der diplomierte Maschinenbauer. Der Respekt und die Anerkennung seiner Vereinsmitstreiter ist so groß, dass sie überzeugt sind: „Der Hartmut muss mit der MZ-Rose geehrt werden.“ Und die Redaktion musste dazu auch nicht lange überredet werden.

„Das war doch nicht nötig!“,

„Das war doch nicht nötig.“

Hartmut Bethge
Übungsleiter



Hartmut Bethge sind seine 72 Jahre nicht anzusehen, was er auch dem Sport verdankt.

FOTO: FRANK GEHRMANN

suchte ein völlig überraschter Hartmut Bethge anlässlich der Ehrung nach den richtigen Dankesworten und unter dem Beifall der Herzsportler. Dabei viele, die von dem 72-Jährigen seit der ersten Minute an die Hand genommen wurden. „Einigen fällt es schwer, sich der Situation zu stellen. Sind angstvoll nach einem Infarkt oder einer Operation. Haben auch nach der Schule nie wieder Sport gemacht“, nennt der Ascherslebener einige Gründe, warum es häufig zunächst gilt, vor dem Stärken der Ausdauer und Leistungskraft Selbstvertrauen zu schaffen.

Am Ende steht immer ein besseres Lebensgefühl und die Gewissheit, dass nach einer Krankheit das Leben noch lange nicht zu Ende ist. Für Hartmut Bethge, der als Übungsleiter spezielle Qualifikationen ablegen und diese alle zwei Jahre wiederholen muss, hat sich mit den Jahren ein unschätzbare Wissensstand aufgebaut. Er weiß mit den

MZ-ROSE

Auszeichnung für unablässiges Engagement

Mit der MZ-Rose werden seit nunmehr gut 20 Jahren einmal in der Woche Menschen für ihr ehrenamtliches Engagement ausgezeichnet. Menschen, die nimmermüde tätig sind - und das oft schon seit Jahrzehnten -, die nicht auf die Uhr gucken und immer da sind, wenn es „brennt“.

Kennen Sie auch so jemanden? Dann schicken Sie Ihren Vorschlag per Post an die **MZ-Lokalredaktion, Düsteres Tor 11, 06449 Aschersleben**, oder per E-Mail an **redaktion.aschersleben@mz-web.de**, und erklären Sie kurz, was jene Person auszeichnet!

Menschen umzugehen, auf sie zuzugehen und sie zu motivieren, mit dem Sport auch nach Ende der ärztlich verordneten und von den Kassen getragenen Pflichtzeit nicht aufzuhören. „Allein die Gruppendynamik reicht schon aus, sich zu motivieren und am Ball zu bleiben“, ist der Rentner überzeugt. Und wenn dann mindestens in der Übungsstunde einmal kräftig gelacht wurde und die Mitstreiter ihm bestätigen, dass sie ohne den Sport niemals so gut drauf wären, dann ist auch Hartmut Bethge glücklich und zufrieden.