

UNLIMITED!

Das Kuschall Lifestyle-Magazin

**BARRIEREFREIE
CAMPINGPLÄTZE
FÜR DEINEN
URLAUB**

**HUNDE-TIPPS
AUS DER
COMMUNITY**



LEBE DEIN LEBEN GRENZENLOS

SOMMER 2022



**MORITZ MOTIVIERT
7 KNIFE
FÜR MEHR LEICHTIGKEIT
IM LEBEN**



**SCHWANGER IM ROLLSTUHL
ÜBER DEN MUT
ZUM KINDERKRIEGEN**



**VORHER – NACHHER
EXTREMSPORTLER UND
REHA-FACHMANN NIKO
PRÜFT THE KSL**

UNLIMIT YOUR WORLD



GERMAN
DESIGN
AWARD
WINNER
2020

DESIGN

PRÄZISION

FAHRLEISTUNG

FOTOS: TITELSEITE + U2 INVACARE GMBH; PRIVAT

EDITORIAL

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

die Marke KÜSCHALL wurde dafür gegründet, Rollstuhlfahrer:innen ein aktives Leben zu ermöglichen, ein Leben voller erreichter Ziele und erfüllter Träume. Das ist bis heute unsere Mission – und die unserer Fans! Wir sind stolz auf die stetig wachsende Community an Menschen, die mit ihrem KÜSCHALL losziehen, um Grenzen auszureizen und die Welt zu erobern.

In der aktuellen Ausgabe unseres Magazins lernst du einige von ihnen kennen. So verschieden sie auch sind, eines haben sie gemeinsam: Sie lassen sich von körperlichen Einschränkungen nicht davon abhalten, ihre ganz persönliche Vorstellung von einem glücklichen Leben zu verwirklichen. Ob sportliche Höchstleistung, Freizeitabenteuer oder Familienplanung, kaum ein Hindernis ist so groß, dass es nicht mit Mut und Zuversicht überwunden werden kann.

Mögen ihre Geschichten dir Ansporn und Motivation sein, groß zu träumen und niemals aufzugeben! Und denk daran: Du bist nicht allein. Wir alle, das gesamte KÜSCHALL Team und die KÜSCHALL Fan-Community begleiten dich und feuern dich an!

DEIN TEAM KÜSCHALL

Susanne & Natalie



INHALT

EDITORIAL

3 **Barrierefreies Camping** 16
Die besten Campingplätze für deinen nächsten Urlaub

INSPIRATION

Moritz Brückner
Gelassenheit gewinnt
7 Tipps für mehr Leichtigkeit im Leben



4 **LIFE + STYLE**
Reha-Fachberater Niko Johann
Aktivrollstühle sind mein Beruf

KÜSCHALL Konfigurator
Do it your way!

8 **THE KSL** 20
Rund- und Kantrohr im Vergleich

Samantha Köhler
Mut zum Kinderkriegen

10 **Para-Reiterin Ramona Zollinger** 22
Zurück im Sattel



EXPLORE
Alles rund um den Hund
Die KÜSCHALL-Community gibt Tipps

12 **KÜSCHALL** 24
Mehr als Aktivrollstühle



Paralympics-Athletin Merle Menje
Meine Freizeit-Tipps

14 **Nikos Rückblick auf die Wintersaison** 26
Ab auf die Piste mit dem Monoski

SOCIAL MEDIA
unlimited.wheelchairs 28
Mit Rollstuhl, aber ohne Grenzen!

IMPRESSUM 29

MOTIVATION? MINDSET?

MORITZ!



Sein Lebensmotto:
Don't worry, be happy!

TEXT: Moritz Brückner

HEY ZUSAMMEN,

mein Name ist Moritz Brückner, ich bin 23 Jahre alt und Vortragsredner für die Themen Querschnitt und Motivation. Ich sitze jetzt seit drei Jahren im Rollstuhl, weil ich unbedingt mal Surfen ausprobieren wollte und mir dabei den Hals gebrochen habe. Das war ein ganz simpler, sehr unspektakulärer Unfall, bei dem niemand schuld war – schlichtweg dumm gelaufen. Seitdem habe ich sehr viele neue coole Sachen ausprobiert, sehr viele super motivierte und engagierte Personen kennenlernen dürfen und auch über mich nochmal einiges gelernt. Die wichtigsten und relevantesten Punkte gebe ich dir mit.

KONTAKTFREUDE AM BALL

Seit knapp zwei Jahren spiele ich mehr oder weniger gut Rollstuhlrugby bei den Donauhais in Illerrieden und ich liebe es! Es gibt wirklich kein besseres Gefühl, als sich mal wieder komplett auszupeinern und am Abend schwere Augenlider vor Erschöpfung zu haben. Durch das Team habe ich so viele hilfreiche Tipps und Tricks bekommen und die komplett andere Bewegung tut meinem Körper sehr gut. Wenn ich mal versuchen müsste, Rugby als Sport zu beschreiben, würde ich sagen: Es ist eine grobe Mischung aus Autoscooter und Schach – extrem taktisch mit dem gewissen Bums! Ich kann nur jeder und jedem empfehlen, diesem Sport eine Chance zu geben – egal ob als Spieler oder als Zuschauer.

Jung, aktiv und urplötzlich auf einen Rollstuhl angewiesen. Für Moritz Brückner war es der Start in ein neues Leben, sein zweites Leben. Eine große Portion Offenheit, unerschütterlicher Optimismus und entwaffnende Ehrlichkeit zeichnen ihn aus.



www.drs.org

ROLLSTUHLRUGBY

- Die Voraussetzung: Einschränkungen an mindestens drei Gliedmaßen
- Im Einsatz sind defensive und offensive Rollstühle
- Der angeraute Volleyball sorgt für optimalen Grip



UNTERSTÜTZENDES UMFELD

Wichtig zu erwähnen ist noch, dass mein psychischer Zustand bei Weitem keine Einzelleistung ist. Ich bin nur aufgrund einer enorm guten Zusammenarbeit von Freunden, sehr guten Pflegekräften, kompetenten Physio- und Ergotherapeuten und einer super starken Familie der Mensch, der ich heute bin und meine Dankbarkeit dafür kann man nicht in Worte fassen. Ich hoffe sehr, dass allen so eine gute Versorgung zuteilwerden kann und für den Teil, den du selbst beitragen musst, bekommst du im Anschluss ein paar Tipps! **///**

KLARTEXT AUF DER BÜHNE

In meinen Vorträgen erzähle ich überall, wo ich darf, und vor jedem, der es hören oder nicht hören möchte, wie Querschnitt an sich so funktioniert. Also wie und warum mein Körper jetzt als Tetra anders funktioniert, warum ich ein bisschen vor der Sonne aufpassen muss und wie man mit mir umgehen sollte. Zu Letzterem: Überhaupt nicht anders! Ich habe generell das Gefühl, dass viele Menschen sehr interessiert an der Thematik sind und einfach nicht genau wissen, wie sie mit mir als Rollstuhlfahrer umzugehen haben. Durch meine Vorträge versuche ich Inklusion voranzubringen und den Leuten zu erklären, dass ich nur die sitzende Version eines jeden anderen bin – nicht mehr und nicht weniger!



KLEINER STECKBRIEF

MORITZ BRÜCKNER

- 23 Jahre und trotzdem nicht erwachsen
- Was er liebt: komplette Sorglosigkeit an einem Abend mit Freunden
- Das mag er nicht: Mobbing und wenn Menschen runtergemacht werden
- Lebensmotto: don't worry, be happy!
- Verrückt nach: Musik – hören oder selbst schreiben, ganz egal
- Sein größter Traum: mal wirklich etwas Großes zu verändern
- Sein Rolli ist für ihn: der beste Freund. Ohne den geht halt gar nichts.

STECKBRIEF

FOTOS: CHRISTIAN SCHÄFLER, PRIVAT





TIPPS

FÜR MEHR LEICHTIGKEIT IM LEBEN

MUSIK IST EIN GAME-CHANGER!

Egal ob du wütend, glücklich, traurig oder komplett motiviert bist – Musik macht alles intensiver. Also steigere dich gerne einfach bei negativen Gefühlen so richtig rein und heul dich mal so richtig aus, weil das einfach gut tut. Push dich beim Training durch jeden Beat noch ein Stück weiter und vergieße gerne eine Glücksträne, wenn du einen Sonnenuntergang zur perfekten Musik bewunderst. Probiere einfach mal neue Genres aus oder tausche dich mit Freunden aus! Was ich da schon alles an Diamanten und Ohrwürmern gefunden habe...

1

VERGANGENE KAPITEL SCHLIESSEN

Dieser Tipp ist der Wichtigste und Schwerste zugleich. Gerade bei einer so drastischen Lebensveränderung wie einem Querschnitt musst du die Kraft und den Mut haben, das alte Kapitel zu beenden und ein Neues zu öffnen. Ich spreche jetzt mal nur für mich: Ich habe einfach nach dem Unfall fast alles anders gemacht. Ich bewege mich anders, gehe anders aufs Klo und habe einen komplett anderen Alltag. Wenn ich mein altes Kapitel nicht im Guten beendet hätte, würde ich mich immer mit meinem alten Ich vergleichen – was einfach nicht geht! Behalte deshalb dein altes Kapitel in sehr schöner Erinnerung und sei stolz auf das, was du bisher geschafft hast – aber sei auch gespannt auf das, was noch kommen wird!

3

2 RAUS AUS DER COMFORT ZONE

Dehne für dich den Rahmen des Machbaren und überrasche dich selbst damit. Denn teilweise könntest du der erste Rollstuhlfahrer sein, der das versucht! Ich beispielsweise war der allererste Bio-/Chemielehramtsstudent im Rolli an meiner Uni. Also bringe dich gezielt und kontrolliert in für dich noch schwierige, unangenehme oder vielleicht sogar gefühlt unmögliche Situationen und überlege, wie du sie angeht und löst. Das wird natürlich nicht auf Anhieb klappen, aber versuche es und fordere dich selbst heraus!

4

SCHIEBE NICHT ALLES AUF DEN ROLLSTUHL

Es kann sein, dass du in der Stadt von Menschen angeschaut wirst und es kann auch sein, dass Freundschaften zu Ende gehen – aber es liegt in den seltensten Fällen an deinem Rollstuhl. Leute gucken dich an, weil du heute besonders gut aussiehst oder dein Outfit heute besser als sonst gewählt ist. Und Freundschaften gehen leider ganz von allein zu Ende und neue kommen dazu. Differenziere das also genau und ändere deine Perspektive.

FOTOS: CHRISTIAN SCHÄFLER

MORITZ' TOP 3 SONGS FÜR EINE EXTRAPORTION MOTIVATION

1 **THE CHAMPION**
Carrie Underwood
ft. Ludacris

2 **FIGHT BACK**
NEFFEX

3 **UNSTOPPABLE**
Sia

K-SERIES



MORITZ' WAHL

K-SERIES IN SCHWARZ

K-Series: einstellbar, präzise & sportlich
Im Moment besitzt Moritz noch die Kuschall K-Series der vorherigen Generation. Als nächstes möchte er das neue Modell der K-Series fahren – wieder in Tiefschwarz.

5 DENK NICHT ZU VIEL

Ehrlich! Bitte hör auf, alles 50-mal zu überdenken – das bringt nichts! Halte die Augen offen nach Problemen, die vielleicht mal auftreten können und sei bereit, dich ihnen zu stellen. Aber befasse dich erst damit, wenn es so weit ist. Verschwende nicht unnötig Nerven und Energie an irgendwelche Eventualitäten. Wenn's so weit ist, wirst du wissen, was du tun musst.

6 DU BIST GUT SO, WIE DU BIST!

Kurz vor Schluss noch einen kurzen Reminder: Du musst dich für nichts und niemanden verstellen oder verändern. Man sollte selbst zwar nie aufhören, an sich zu arbeiten, aber wie intensiv und wohin genau es geht, entscheidest nur du.

7 HÄTTE, HÄTTE, FAHRRADKETTE

Vielleicht geistert ab und zu die Frage durch deinen Kopf, was jetzt wohl wäre, wenn der Unfall nicht passiert wäre. Und lass dir eins sagen: Lösche diese Frage aus deinem Kopf, denn sie bringt absolut gar nichts. Sie zieht dich maximal noch runter. Und egal wie lange du nachdenkst, wird es doch nie eintreten. Lasse die Vergangenheit echt vergangen sein und konzentriere dich auf den Teil, den du verändern kannst: Gegenwart und Zukunft!



NUTZE DIESE TIPPS FÜR DICH, UM EIN GLÜCKLICHES LEBEN ZU FÜHREN – DENN ALLES ANDERE IST DEINE ZEIT EINFACH NICHT WERT!



EINZIGARTIG WIE DU!

TEXT: Susanne Bahro

MIT WENIGEN KLICKS ZU DEINEM KÜSCHALL

Küschall ist kein Rollstuhl, Küschall ist ein Lebensgefühl! Wer sich für Küschall entscheidet, setzt ein Statement: Ich lebe mein Leben aktiv, selbstbestimmt und stilvoll. Denn ein Küschall ist viel mehr als nur ein Fortbewegungsmittel. Er ist Zieleerreicher, Träumewahrmacher und Chancenergreifer zugleich. Dein Küschall ist so individuell und einzigartig wie du. Nicht nur seine Maße passen exakt, auch Features und Farben sind ganz deins. Unser 3D-Konfigurator hilft dir dabei, die richtige Modell-Auswahl zu treffen und aus einer Vielzahl an Möglichkeiten deinen ganz persönlichen Küschall-Stuhl zusammenzustellen. Bevor du beginnst, stelle dir die folgenden drei Fragen:



1

2

3

DIESE FRAGEN HELFE DIR VORAB BEI DER MODELLAUSWAHL:



WIR LEBEN DESIGN – DU AUCH?

Jetzt ausprobieren!
Deine Farben, dein Design,
dein Style – teste den
Küschall-Konfigurator!



WELCHER TYP BIN ICH?

Bist du gern sportlich unterwegs und legst größten Wert auf eine gute Fahrperformance? Dann könnten die K-Series oder THE KSL gut zu dir passen. Oder magst du es lieber praktisch, faltbar und flexibel? Dann wären der Champion oder Compact eine gute Wahl. Überlege, welche Bedürfnisse dein Rollstuhl erfüllen muss. Soll er vor allem alltagstauglich sein? Oder begleitet er dich auch auf Reisen? Bist du eine Sportskanone oder gehst du die Dinge eher gemütlich an? Egal, für welches der vier Modelle du dich entscheidest, was du in jedem Fall bekommst, sind Langlebigkeit und Leichtläufigkeit, Spurtreue, perfekter Sitz und cooler Style.

WIE ERFAHREN BIN ICH?

Den perfekten Rollstuhl für sich zu finden, ist ein Prozess. Deshalb macht es gerade am Anfang Sinn, auf ein Modell zu setzen, das verschiedene Einstellungen erlaubt. Als Einsteiger startest du mit dem Küschall Compact, denn der wächst sozusagen mit. Mit der Zeit findest du dann heraus, wie du am besten sitzt und welche Eigenschaften dir am wichtigsten sind. Erst, wenn du das weißt und sich dein Körper nicht mehr so stark verändert, kannst du dir einen Rollstuhl wie THE KSL auf den Leib schneiden lassen. Such dir einen guten Reha-Berater oder Therapeuten, der dich auf deinem Weg begleitet.

WAS IST MIR WICHTIG?

Ob Farben, Rahmendesign, Sitz oder Rückenpolster, die Auswahl ist riesig. Überlege dir, auf welche Attribute es dir ankommt. Leg einfach los und klicke dich durch. Der Konfigurator ist kostenfrei und du musst dich zur Nutzung nicht einmal anmelden. Jede gewählte Ausstattung wird dir sofort im 3D-Bild angezeigt. Mit der Zoom-Funktion kannst du dir Details anschauen und den Stuhl in alle Richtungen drehen.

Noch ein Tipp: Unter deiner Konfiguration steht ein Code. Wenn du dir den abspeicherst, kannst du die Konfiguration immer wieder aufrufen oder sie deinem Küschall-Händler geben.

FOTOS: INVACARE



WWW.KUSCHALL.COM

VIER STÜHLE, VIER STYLES

THE KSL



DIE SPORTLICHE IKONE

- Grenzenlos minimalistisch
- Ultraleicht – ab 6,8 kg Gesamtgewicht
- Der starrste Küschall: unschlagbar leichtläufig und spurtreu

K-SERIES



DYNAMISCH, SCHLANK & MODULAR

- Leistungsstark
- Leichtgängig
- Individuell anpassbar

CHAMPION



DER PERFEKTE REISEBEGLEITER

- Kleinstes Packmaß
- faltbar mit starrem Fahrgefühl
- Ideal zum Verreisen

COMPACT



VIELSEITIG, ZUVERLÄSSIG & KOMFORTABEL

- Ideal anpassbar
- Kompakt zusammenfaltbar
- Schwenkbare oder feste Beinstützen

KONFIGURIEREN LEICHT GEMACHT:

Konfigurator-Menü

FARBEN	2
RAHMEN	
HINTERRAD	3220 g
VORDERRAD	580 g
SEITENTEILE	320 g
RÜCKEN	500 g
SITZ	1110 g
FUSSAUFLAGE	310 g
BREMSEN	164 g
SICHERHEIT	
ZUBEHÖR	50 g

So sieht ein Konfigurationscode aus

Code 7 0216 F8Y4 201p 000 1 5

GEWICHTSANZEIGE 1

Bei jeder gewählten Ausstattungsoption wird dir das Gewicht in Gramm angezeigt. Ganz oben siehst du das Gesamtgewicht deines Rollstuhls.

FARBEN 2

Standardmäßig stehen 13 Farben zur Wahl. Du magst es individueller? Kein Problem! Fast alle Farben lassen sich als Sonderfarbe umsetzen. Verrate uns einfach deine Lieblingsfarbe!

RÄDER 3

Vom Reifenprofil über die Greifreifen bis hin zu den Speichen kannst du das Hinterrad individuell gestalten, bis ins kleinste Detail.

SITZKISSEN 4

Das Standardkissen ist sehr beliebt, denn es bietet einen super Sitz. Falls du anfällig für Druckstellen bist, könnten aber auch die Invacare Matrix Sitzkissen mit besonderer Unterstützung eine gute Wahl sein. Am besten probierst du sie einfach mal aus.

GESAMTEINDRUCK 5

Die Konfiguration ersetzt nicht den Gang zum Händler, aber sie dient als erste Orientierung und hilft dir, ein Gefühl dafür zu bekommen, was du alles brauchst. Du lernst, wie dein Rolli aufgebaut ist und kannst später deinem Händler genau sagen, was du willst. Dank Konfigurationscode lässt sich dein Design immer wieder aufrufen.



DU WILLST MEHR? SEHEN, ANFASSEN, PROBESITZEN?

Finde deinen Küschall-Händler und vereinbare gleich eine Probefahrt:



Mit Rolli, Kind & Kegel

TEXT: Susanne Bahro



Die Entscheidung für eine Schwangerschaft hat sich für Samantha und Marc gelohnt – und in Familienglück verwandelt

Mut zum Kinderkriegen

Samantha Köhler ist eine fröhliche, lebensbejahende Frau, die das Projekt Familienplanung ebenso pragmatisch anging wie alles andere im Leben: „Wir dachten, wir suchen den Austausch mit Personen, die es schon hinter sich haben oder mittendrin stecken.“ Da stieß sie bereits auf das erste Problem: „Es gibt niemanden! Wir fanden nur Paare, bei denen die Frau oder der Mann im Rollstuhl sitzt, meistens ist es der Mann.“

Also machten sie sich selbst schlau, nahmen gesundheitliche Abklärungen vor und beantworteten die wichtige Frage, wie sie mit der Möglichkeit umgehen, ein Kind mit Behinderung zu bekommen, denn die bestand. Samantha hat Spina bifida, Marc infantile Zerebralparese, eine spastische Störung. Doch schnell wurde ihnen bewusst: „Eigentlich sind wir doch am besten vorbereitet! Wir wissen, wie es läuft und auf was man achten muss. Da hätten wir es komisch gefunden, wenn ausgerechnet wir gesagt hätten: Ne, ein Kind mit Behinderung wollen wir nicht.“

In der Beratung der Spina bifida Ambulanz in Mainz erfuhr Samantha dann, was auf sie zukommt. „Da hatte ich eine ganz coole Ärztin, die schon ein bisschen weiter war als viele andere.“ Bei ihr fand Samantha die Ermutigung, die sie brauchte. „Durch sie habe ich echt viel Zuspruch erhalten, zumal sie schon andere Frauen mit Spina bifida hatte, die Kinder bekommen haben.“ Nachdem der Entschluss gefasst war, ging alles ganz schnell. „Der positive Test in der Hand war echt ein krasses Gefühl, ich glaube das vergisst man nie.“

Voll im Nestbautrieb stieß sie auf die nächste Herausforderung: „Es ist alles für Fußgänger ausgelegt!“ Die Suche nach einem unterfahrbaren Babybett gestaltete sich besonders schwierig. Zwar gibt es spezielle, unterfahrbare Kinderpflegebetten, aber die sind teuer. Und die Krankenkasse zahlt nur dann einen Zuschuss, wenn das Kind behindert ist. „Das sind die Hürden, auf die man stößt, an die man vorher nicht gedacht hat“, gesteht sie und ergänzt lachend: „Gott sei Dank!“



Mit Söhnchen Theodor wurde Samantha's Glück perfekt

FOTOS: PRIVAT; INVACARE

THE KSL

SAMANTHAS WAHL

THE KSL
PRÄZISE UND MASSGESCHNEIDERT

Schwanger trotz Rollstuhl? Für Samantha Köhler und ihren Freund Marc Jung war die Antwort darauf ein klares Ja. Obwohl beide auf den Rollstuhl angewiesen sind, haben sie sich den Traum von der eigenen Familie erfüllt.

Ihr Umfeld nahm die freudige Botschaft positiv auf. Einzig ihre Eltern waren anfangs ein wenig skeptisch. „Eltern von einem Kind mit Behinderung haben eine besondere Beziehung zu ihm“, erklärt sich Samantha die elterlichen Zweifel, „sie wollen noch mehr beschützen, noch mehr helfen und haben mehr Schwierigkeiten loszulassen. Das kann man nicht leugnen, egal wie selbstständig man sein will.“

„Misserfolg gibt es nicht. Entweder hast du Erfolg oder du lernst etwas.“

Schon vor der Geburt stand der Kaiserschnitt fest. „Theoretisch wäre bei meiner Lähmungshöhe eine natürliche Geburt möglich gewesen, aber es gibt wenig Ärzte, die auf diesem Gebiet Erfahrung haben und bereit sind, das Risiko einzugehen. Das war schade, aber das Wohl des Kindes geht vor.“ Und so wurde der kleine Theodor an einem Freitag, den 13., auf die Welt geholt.

Der Zauber der ersten Begegnung hält an

„Ich hab ihn im Brutkasten gesehen, leider durften wir ihn anfangs nicht rausnehmen. Aber er war so süß, einfach das mega Glücksgefühl“, erzählt Samantha strahlend mit Tränen in den Augen. „Als wir ihn mit nach Hause nehmen durften, war das Glück perfekt!“



Dank moderner Hilfsmittel ist Samantha auch mit Baby mobil

„Es war das Natürlichste der Welt, dieses Kind zu versorgen. Ich wusste genau, was ich tun musste, was er braucht und was er will. Wir haben auch ein sehr pflegeleichtes Kind, ein Anfängerbaby. Er schlief fast von Anfang an durch – bei uns im Bett. Denn mehrmals nachts aufstehen und in den Rollstuhl umsetzen wäre für keinen von uns beiden möglich gewesen.“ Deswegen schläft Theodor auch jetzt, mit fast zwei Jahren, bei den Eltern.

„Es ist mein Leben, ich entscheide.“

Sie will anderen, die in derselben Situation sind, Mut machen: „Das möchte ich rausschicken an alle, die mit dem Kinderwunsch spielen: Vieles ist möglich, aber sucht euch Hilfe! Für mich war die zentrale Frage: Traue ich mir das zu? Das Umfeld ist immer schnell dabei mit Meinungen und Tipps und oft auch mit der Beschwichtigung, vorsichtig zu sein. Deswegen sollte man sich



Die Hilfe ihrer Familie ist unverzichtbar, denn ein paar Hürden bleiben ohne sie unüberwindbar

auf sich selbst verlassen. Wenn ich es mir zutraue und realistisch glaube einschätzen zu können, dass ich das hinbekomme, mit welchen Hilfen auch immer, wenn ich sage, ich kann das und ich will das leisten, dann ist es der richtige Zeitpunkt. Dann sollte man das – natürlich mit dem Partner gemeinsam – entscheiden. Letztendlich muss man es aber selbst verantworten. Das ist das, was man sich, glaube ich, immer bewusst machen muss. Es ist mein Leben, ich entscheide das und ich trage letztendlich das Risiko.“

KLEINER STECKBRIEF

SAMANTHA KÖHLER

- 35 Jahre jung
- Was sie liebt: Neue Erfahrungen machen
- Was sie nicht mag: Langeweile
- Hobbies: Brettspiele, Rollstuhltanz, Zimmerpflanzen pflegen, neue Rezepte ausprobieren
- Dein Rolli ist für dich: Mein täglicher Begleiter und Sportgerät. Er gibt mir Freiheit und Unabhängigkeit, die ohne ihn nicht möglich wäre.
- Das mag sie an ihrem Kuschall: Das schlichte Design und die verlässliche Robustheit. In meinem aktiven Alltag mit Kind muss er einiges aushalten können.

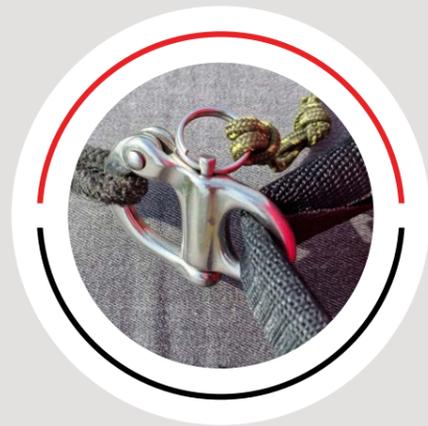
STECKBRIEF

DIE KÜSCHALL-COMMUNITY GIBT TIPPS

LEINE, LECKERLI & LEBENSLUST

Neben dem Rollstuhl ist er der perfekte, aktive Begleiter: der Hund! Ob du willst oder auch nicht, er kümmert sich darum, dass du täglich an die frische Luft kommst und es an Bewegung nicht mangelt. Du überlegst, dir einen Hund zuzulegen? Unsere erfahrenen Rollstuhlfahrer:innen geben dir Tipps für den Alltag.

TEXT: Natalie Huber



Unverzichtbar ist ein Panikhaken zwischen Leine und Mensch, bzw. Rollstuhl. Der lässt sich notfalls unter Zug sofort öffnen



ERZIEHUNG IST TEAMARBEIT

„Nach meiner Erfahrung braucht es für die Erziehungsarbeit eine freundliche Hilfe, die gut zu Fuß ist. Denn als Übungsgelände wird von Welpen- und Hundeschulen meist eine mehr oder weniger ebene Wiese oder eine Halle mit Sandboden genutzt. Dort lässt sich der Rollstuhl nur schwer bewegen. Gibt es keinen Fußgänger, der unterstützen kann, können Einzelstunden im täglichen Umfeld eine Alternative sein.“

Um bequem Gassi zu gehen und meine Hände für den Rollstuhl frei zu haben, befestige ich eine kurze Leine am Rollstuhl oder mit einem breiten Gurt um meinen Bauch. Eine Leine mit einem Rückdämpfer ist besonders angenehm. Solche Dinge gibt es inzwischen als Zubehör für Canicross oder Zughundesport zu kaufen.“

Monika Wagner, ausgebildete Hundeeziehungsberaterin mit Liebe zum Ausdauersport

FOTOS: PRIVAT, INVACARE



Im Alltag und auf Handbike-Touren darf die sportliche Lotte nicht fehlen

Eine Flexi-Leine, wie Tina sie hat, bleibt immer gespannt und kann sich nicht im Rollstuhl verfangen



WÄHLE DEIN PERFECT MATCH

„Bei der Entscheidung für ein vierbeiniges Familienmitglied war mir wichtig, dass neben der Persönlichkeit des Hundes auch die Größe stimmt. Im Rollstuhl sitzend einen großen Hund unter Kontrolle zu bekommen kann im Ernstfall schon mal nach hinten losgehen. Meine Chihuahua-Dame Penny passt einfach perfekt zu mir.“

Tina Pesendorfer, Tennis-Profi und THE KSL-Fahrerin

GROSS, AKTIV UND MIT VIEL AUSDAUER

„Rollstuhlfahrer:innen rate ich im Grunde das gleiche wie allen anderen. Die wichtigste Frage ist immer, ob man dem Tier gerecht werden kann. Die Entscheidung für den Hund bedeutet regelmäßige Bewegung, Kosten und Verantwortung, aber auch eine Menge Freude. Meine Rhodesian Ridgeback Hündin Lotte hat viel Power und liebt lange Strecken. Sie hält mich fit!“

Ralph Weisang, K-Series-Fan und Reha-Fachberater

LIFE IS GOOD! MIT MERLE ON TOUR

Sachen schon gepackt? Los geht's! Merle nimmt dich mit zu Ihren Lieblings-Ausflugzielen.

THE KSL



MERLES WAHL

THE KSL IN WEISS

Geringes Gewicht und hohe Steifigkeit – Merle setzt auf Hightech-Materialien.



TEXT: Natalie Huber

Die Schülerin aus der Bodenseeregion will Menschen bewegen und für mehr Verständnis im Behindertensport sorgen

Das ist Merle. Sie ist 17 Jahre jung und nicht zu stoppen. In gleich zwei Leistungssportarten tritt sie an internationale Startlinien und gibt alles: Rennrollstuhlfahren und Langlaufen.

Im Rennrollstuhl lieferte Merle im vergangenen Jahr ein beeindruckendes Paralympics-Debüt ab und wurde zur Para Nachwuchssportlerin des Jahres gewählt. Kurz gesagt, sie befindet sich auf der Überholspur.

Aber sie weiß auch, wo ihre Grenzen liegen. Ist das Training vorbei und sind die Schularbeiten abgehakt, ist es Zeit zum Abspannen! Denn mentale Gesundheit zu priorisieren und auch offen darüber zu sprechen liegt Merle am Herzen.

Familie und Freunde geben ihr Halt und Unterstützung im oft hektischen Alltag. Umso mehr genießt sie die gemeinsame Freizeit bei Unternehmungen voller Outdoor-Action, genialen Aussichten und spannenden Erlebnissen. Wir haben sie gefragt, welche Trips sie besonders empfehlen kann.

FOTOS: PRIVAT



Der Bodensee und die Alpen von oben – auf dem Sântis ist der Ausblick einfach gigantisch!

DER SÄNTIS

Panoramablick über sechs Länder

„Wenn du mal richtig hoch hinaus willst, musst du auf den Gipfel des Sântis. Mit stattlichen 2.502 Metern ist er der höchste Berg der Ostschweiz und Bodenseeregion. Um den Gipfel zu stürmen, nimmst du einfach die Schwebebahn – sie ist niveaugleich und mit dem Rollstuhl super zugänglich. Auch die Parkplätze, Toiletten, Tal- und Bergstation sowie das Panorama-Restaurant sind allesamt behindertengerecht. Barrierefrei geht es kaum. In zehn Minuten bist du oben und kannst die fantastische Aussicht genießen oder direkt den Naturerlebnispark erkunden. Einzelne Wege, wie der Geologie-Steinpark, sind auch mit Rolli befahrbar. Eine kräftige Person, die bei Bedarf mal anpacken kann, sollte aber trotzdem dabei sein.“



GROTTE DE LA SALAMANDRE

Erstaunliches unter der Erde

„Hast du schon mal riesige Stalagmiten und Kristalle in echt gesehen? Früher konnte ich mir nicht vorstellen, wie es wirklich in Tropfsteinhöhlen aussieht, weil man die im Rollstuhl normalerweise nicht besuchen kann. Die französische Grotte de la Salamandre in der Ardeche ist eine der ersten und einzigen Höhlen in Europa, in der das ohne Hilfe möglich ist. Für alle, die es nach Südfrankreich verschlägt und die einen unvergesslich-märchenhaften Anblick suchen, ist das genau das Richtige.“

In dem barrierefreien Tunnel rollt es sich gut, aber die Aussicht ist noch besser

KLEINER STECKBRIEF

MERLE MENJE

- Sweet 17
- Verrückt nach: Sonne, Meer und Bewegung
- Was Sie liebt: Marathon-Straßenrennen, Yoga, Reisen
- Das mag sie nicht: Ungerechtigkeit

STECKBRIEF



Trotz körperlichen Einschränkungen muss man nicht auf den Spaß am Sport verzichten – versuchen es einfach!

SKISPORT-HALLE OBERHOF

Winter das ganze Jahr lang

„Meine Wintersportleidenschaft, den Langlauf, kann ich nur jedem ans Herz legen. Wenn du dem Sport gerne eine Chance geben willst, musst du nicht einmal bis zur kalten Jahreszeit warten. Wie wäre es mit einer Abkühlung im Sommer? In der LOTTO Thüringen Skisport-Halle Oberhof können sich Leistungs- und Freizeitsportler das ganze Jahr über auf den Laufstrecken auspowern. Für genügend Schnee und Loipen im winterlichen Gelände ist stets gesorgt. Para Sportler mit und ohne Erfahrung sind dort herzlich willkommen. In Schnupperkursen kannst du auch Langlauf im Leih-Schlitten ausprobieren.“



Auch im Alltag legt Merle größten Wert auf Fahrperformance. Sie hat sich für den Kuschall THE KSL entschieden

INSEL MAINAU

Flower-Power im Bodensee

„Farbenfroh, intensiv und einzigartig – willkommen im Blumen-Paradies der Insel Mainau. Ob über Land oder mit der Fähre, ein Trip auf die Insel ist zu jeder Jahreszeit ein Highlight. Die große, wunderschön angelegte Parkanlage an sich ist schon ein „Must-see“. Zusätzlich warten Attraktionen wie das Schmetterlings- und das Palmenhaus, das historische Schloss, regelmäßige Konzerte und der Streichelzoo mit Abenteuerspielplatz. Bis auf wenige Ausnahmen erkundest du den Großteil der Blumeninsel problemlos mit dem Rollstuhl. Welche Wege genau barrierefrei sind, kannst du dem Inselplan auf der Website oder vor Ort entnehmen. Für Parkplätze, barrierefreie Sanitäranlagen und freien Eintritt für deine Begleitung ist auch gesorgt. Viel Spaß beim Seele baumeln lassen und Natur tanken!“

TEXT: Natalie Huber

DIE BESTEN CAMPINGPLÄTZE FÜR DEINEN NÄCHSTEN URLAUB



Ob sportlicher Camper, geselliger Zeltplatz, familiäres Mobilheim oder Luxus-Bungalow – Camping muss man (mindestens einmal) erlebt haben, auf die eine oder andere Art. Wer dafür noch einen Lieblingsplatz mit passender Umgebung sucht, wird bei diesen barrierefreien Locations sicher fündig.*



SORGLOS ERHOLEN BEI SONNE, STRAND UND MEER

Der Camping Park Umag auf der Balkanhalbinsel lebt Barrierefreiheit mit allem Drum und Dran. Mit Handtuch und Sonnenschirm im Gepäck bist du in der strukturierten Anlage mit ihren sehr gut zugänglichen Standplätzen und den ausgebauten Wegen mühelos unterwegs zum Strand. Dort angekommen, wartet ein weiteres Plus: der barrierefreie Zugang zum kristallklaren Meer. Übrigens bietet die Altstadt von Umag viele romantische Gassen, mittelalterlichen Charme und einladende „Konobas“ (bedeutet „Keller“, steht aber für kleine Restaurants). Perfekt also für schöne Abendstunden mit der Partnerin oder dem Partner!

Camping Park Umag, Istrien (Kroatien)
www.istracamping.com/de/campingplatze/park-umag



FÜR KULTUR-FANS: GLAMPING MIT ROYALEN EXTRAS

Im Herzen des Loire-Tals, einem UNESCO Weltkulturerbe, befindet sich der 4-Sterne-Campingplatz L'Orangerie de Beauregard. Von dort aus erkundest du die außergewöhnliche Natur mit dem Handbike auf einem der vielen Radwege, chillst nach dem Barbecue am Pool oder erlebst Kultur hautnah. Live und in voller Pracht kannst du über 40 Schlösser in der Umgebung entdecken. Das Kronjuwel der Ausflugsziele stellt wohl Schloss Chambord dar, eines der weltweit bekanntesten Schlösser. Es liegt nur ca. 40 Minuten mit dem Auto vom Campingplatz entfernt und ist ebenfalls weitgehend barrierefrei.

Castel L'Orangerie de Beauregard, Villedômer (Frankreich)
www.orangeriedebeauregard.com



INSELURLAUB AN DER OSTSEE

Sie ist die kleine Schwester von Rügen und Usedom und somit die drittgrößte Insel Deutschlands. Fehmarn bietet dir nicht nur das charakteristische Ostsee-Flair, sondern auch den barrierefreien Camping- und Ferienpark Wulfener Hals. Komplett mit Rampen und breiten Zugängen ausgestattet, erreichst du alle Freizeitangebote mühelos und genießt die Abendveranstaltungen im Showzelt. Ein besonders praktisches Highlight sind die Strandrollstühle, die du von der DLRG für ausgelassenen Badespaß ausleihen kannst.

Camping- und Ferienpark Wulfener Hals, Fehmarn (Deutschland)
www.wulfenerhals.de/camping



KLEIN & FEIN – IDYLLISCHER FAMILIENURLAUB

Neben Ruhe und Zeit mit den Lieben findest du im niederösterreichischen Aktiv Camp Purgstall auch Unterhaltung für Groß und Klein. Vom Kinderspielplatz über Mini-Zoo und Bocciabahn bis hin zu Tischtennis, Sauna und Natur Badebiotop – hier findet jeder die passende Beschäftigung. Das gilt auch für das Gästehaus: Während die Kids das hausgemachte Speiseeis genießen, verkosten die Großen die Auswahl an Most-Spezialitäten. Am Lagerfeuer lässt du den Abend ausklingen. Prost!

Aktiv Camp Purgstall, Purgstall an der Erlauf (Österreich)
www.topcamp.at



MEERESDUFT AN DER COSTA DE LA LUZ

Hier kommt dein Rundum-sorglos-Paket für den nächsten Spanien-Urlaub: Dein voll ausgestatteter Bungalow und eine Vielzahl an Freizeit- und Wellnessaktivitäten warten bei Camping La Rosaleda auf dich. Wer die nahe Gegend erkunden will, tourt mit dem Bus durch die berühmten weißen Dörfer Andalusiens. Zum Entspannen lädt der Pool mit für Rollstuhlfahrer:innen zugänglichem Einstieg ein. Den krönenden Abschluss bildet der Sonnenuntergang – dazu gibt es Vino deiner Wahl mit Tapas inklusive atemberaubendem Ausblick auf das Meer.

Camping La Rosaleda, Conil de la frontera (Spanien)
www.campinglarosaleda.com

FOTOS: ISTRA CAMPING, DORIAN MONGEL; CAMPING- UND FERIEPARK WULFENER HALS; ASHTON BINGHAM, TXEMA HERMANDEZ

*Alle Plätze sind von PiNCAMP, dem Campingportal des ADAC, inspiziert und für barrierefrei befunden worden.

REHA- FACH- BERATER



EIN TRAUMJOB?

Niko Johann, 33, ist Reha-Fachberater und selbst Rollstuhlfahrer. Wir wollten wissen, ob die persönliche Erfahrung ihm im Job Vorteile bringt.

Ein Aktivrollstuhlfahrer, der als Reha-Fachberater andere Aktivrollstuhlfahrer unterstützt – keine alltägliche Kombi, oder?
Das stimmt. Ich würde mir wünschen, dass es noch viel mehr Personen gäbe, die selbst die Situation erfahren haben und wissen, was das – gerade im Bereich von Aktivrollstühlen – im Alltag ausmacht. Im Lehrgang zum Reha-Fachberater lernt man zwar alles über das Material, aber dann testet man in einem Raum mit gelecktem Linoleumboden verschiedene Rollstühle. Der einzige Unterschied, den auch ich in so einer Situation erfahren könnte, ist welcher Rollstuhl grade mehr Luft auf den Reifen hat, mit den Alltagsansprüchen hat das wenig gemein.

Glaubst du, dass du besser beraten kannst, weil du selbst betroffen bist?

Ich bin ja nicht in dieser Situation geboren, ich hatte mit 16 Jahren einen Unfall. Bis dahin hatte ich so meine Vorstellungen von Rollstühlen und Behinderung, aber es ist halt doch was ganz anderes, dann tatsächlich in der Situation zu sein. Sicher bin ich auch manchen Marken gegenüber ein wenig voreingenommen. Für mich zählt: Wie langlebig ist das Material, wie gut funktioniert das Ganze im Alltag, wie praktisch ist es konstruiert? Aber auch: Wie gut ist der Service? Das ist ein wichtiger Punkt, weil so ein Rollstuhl ja genutzt wird und über kurz oder lang geht was kaputt. Dann brauche ich einen Service, der funktioniert.

Was sind die größten Missverständnisse von Patient:innen?

Vielen Leuten ist wichtig, dass man den Rollstuhl gut ins Auto laden kann, dafür wünschen sie sich einen Faltrollstuhl wie den Kuschall Compact. Aber es lohnt sich, auch andere Modelle in Betracht zu ziehen. Den Starrrahmenstuhl THE KSL, den ich selbst auch fahre, kriege ich persönlich besser verstaut. Da mache ich einfach die Räder ab, dann habe ich nur noch eine Minimal konstruktion aus Alu. Er ist so leicht, dass ich ihn perfekt heben und verladen kann.

TEXT: Susanne Bahro

Gibt es noch andere Vorurteile, die du bei der Beratung ausräumen musst?

Nehmen wir einen fiktiven Patienten X. Der hat einen Querschnitt, ist in der Klinik und soll demnächst entlassen werden. Jetzt braucht er seinen ersten Rollstuhl. Er hat ein tolles Bild von einem superleichten Starrrahmenrollstuhl gesehen. Da muss ich ein bisschen einbremsen und sagen: „Fangen wir besser mit einem Faltrollstuhl an, da haben wir die meisten Verstellmöglichkeiten.“ Die erste Zeit ist superwichtig, um sich überhaupt erst mal mit der Materie aktiv auseinanderzusetzen. Man muss für sich selbst erfahren: Was sind die Punkte, auf die es bei mir individuell ankommt, die mir wichtig sind in meiner Position, von meiner körperlichen Konstitution her, meinem Alltag, meiner Umgebung. Ich selbst habe mir zehn Jahre Zeit gelassen, bis ich auf einen fest verschweißten Starrahmen gegangen bin und dann auch wirklich wusste, was ich möchte.

Wie kam es zu deiner Entscheidung für Kuschall?

Seit meinem Unfall habe ich die verschiedensten Hersteller und Modelle durchprobiert, bin von Faltrollstühlen auf Starrahmenrollstühle gegangen und irgendwann eben bei Kuschall gelandet, in einem THE KSL. Der hat mich einfach überzeugt. Anfangs gab es ein paar Kinderkrankheiten, die aber an der gewählten Ausstattung lagen. Die habe ich dann beim nächsten verbessert, inzwischen bin ich bei meinem dritten angekommen und super zufrieden.

Wie ist die Reaktion deiner Patient:innen, wenn Sie realisieren, dass du in der gleichen Situation bist wie sie?

Ich werde auf jeden Fall glaubwürdiger wahrgenommen. Für meine Patient:innen nehme ich mir viel Zeit, das ist mir ganz wichtig. Ich kläre ihr Umfeld ab, wie sie wohnen, was sie beruflich machen, aber auch persönliche Interessen, die ja auch bedient



werden müssen. In so einer Situation landet man von heute auf morgen, so ging's mir ja auch vor 16 Jahren. Da war ich froh um jeden guten Ratschlag, den ich bekommen habe. In meiner Heimat in Pforzheim hatte ich einen Reha-Fachberater, der auch selbst im Rollstuhl sitzt. Was das für mich als Patient für einen Unterschied gemacht hat, habe ich festgestellt, als ich nach Leipzig gezogen bin. Gerade im Bereich Aktivrollstuhlversorgung gibt es in Sachsen doch relativ wenig spezialisierte Fachhändler. Da sind es eben nicht nur zwei, drei Maße, wie beim Standardrollstuhl, da geht's um mehr. Bei allem muss ein Hintergedanke sein. Aus welchem therapeutischen Zweck mache ich zum Beispiel die Rückenlehne in diesem Winkel? Als ich selbst in einer Notsituation war, weil etwas kaputt war, bin ich ins kalte Wasser gefallen und dachte: Ok, wenn's keiner macht, dann machst du es selber!

Dein Berufsweg ins Sanitätshaus war nicht unbedingt vorgezeichnet, oder?

Nein, den roten Faden sucht man vergeblich. Ich bin nach Leipzig gezogen, um Politik- und Sportwissenschaften zu studieren. Nebenbei habe ich im Gleichstellungsbüro der Universität gearbeitet. Irgendwann reichte es mir nicht mehr, vom Schreibtisch aus Awareness-Arbeit zu leisten, ich wollte auch ein greifbares Ergebnis sehen!

Awareness scheint nach wie vor für dich ein großes Thema zu sein ...

Jeder, der über einen gewissen Zeitraum im Rollstuhl unterwegs ist, hat Diskriminierungserfahrungen gesammelt, da schließe ich mich nicht aus. Ich versuche Awareness-Arbeit zu betreiben, indem ich jede Möglichkeit nutze, ob im direkten Gespräch oder über Social Media. Ich vernetze mich mit Aktivist:innen, um Content teilen zu können. Damit werde ich nicht von heute auf

morgen unsere Gesellschaft umkrempeln, aber es macht einen Unterschied. Und ich merke schon, dass in meiner Generation das Thema Integration und Inklusion einen ganz anderen Stellenwert hat. Da steckt viel Potential drin und viel mehr Wille, das Ganze auch umzusetzen, als in bisherigen Generationen. Gerade diesen Leuten muss man viel mit auf den Weg geben und kann so auch zu einer besseren Gesamtsituation kommen, denke ich.

Wenn du die Macht dazu hättest, was würdest du in der Gesellschaft verändern wollen?

Natürlich in einem utopischen Sinne das große Ganze, dass das alles gar kein Thema mehr wäre. Wenn man es realistisch angeht, denke ich, dass vor allem ein inklusives Schulsystem einen gewaltigen Unterschied machen kann. Dann werden völlig unsinnige Berührungsgänge gar nicht erst erlernt und müssen nicht abgebaut werden. Man kommt miteinander aus und lernt, in einer vielfältigen Gesellschaft zu agieren. Und im nächsten Schritt würde ich Behindertenwerkstätten abschaffen, weil es wenig Sinn macht, unter Mindestlohn in dieser Bubble zu sein. Das mindert die Chance, auf dem ersten Arbeitsmarkt vermittelbar zu sein. Da muss noch viel passieren. //



KLEINER STECKBRIEF

NIKO JOHANN

- 33 Jahre jung
- Wahl-Leipziger seit 5 Jahren
- Was er liebt: Aufgeschlossene Menschen, Diversität, Natur, Sport, Kultur, das Leben an sich
- Was er nicht mag: Soziale Ungerechtigkeit, ableistisches Verhalten, Rosenkohl
- Dein Rolli ist für dich: Freiheit! Er ist die Basis meiner Mobilität. Manchmal nehme ich ihn schon fast als eigenes Körperteil wahr und rufe hin und wieder „AUA“, wenn ich irgendwo dagegen fahre
- Sein größter Traum: Für uns alle eine Welt ohne Diskriminierung, Hass und Gewalt. Für mich selbst eine besondere Reise: Mit einem Geländewagen auf der berühmt berüchtigten Route Panamericana von Alaska bis nach Feuerland zu fahren.

STECKBRIEF

FOTOS: SANITÄTSHAUS HELMUT HAAS



TEXT: Natalie Huber

EINMAL KÜSCHALL, IMMER KÜSCHALL.

Niko bestätigt diese These, denn nach der Vorgängerversion ist es nun wieder der aktuelle THE KSL geworden. Dein Fazit nach dem Praxis-Test, Niko?

NIKOS WAHL
THE KSL
IN WEISS

THE KSL



Ganz in Weiß mit schwarzem Küschall Logo. Das dezente, schwarze Designelement bietet einen angenehmen Kontrast für Detail-Verliebte.



Schnell, einfach und unabhängig. In seinem Job im Außendienst ist der problemlose Transfer in- und aus dem Auto entscheidend.



Der hohe Rückenbügel lässt sich dank Kantrrohr super greifen. Er befindet sich auf optimaler Höhe, um das Auseinander-, Zusammenbauen und Verladen deutlich zu vereinfachen.



Eine Nummer größer – Aus beruflicher Neugier entschied Niko sich für das Upgrade: Statt mit 24" ist er nun mit 25" Reifen unterwegs - da fällt es ihm leichter, Hindernisse und Bordsteine zu überwinden.



Die 25" Räder machen den Rollstuhl zwar etwas voluminöser, erleichtern aber das Abrollen von beispielsweise Bordsteinkanten, Wurzeln oder anderen Unebenheiten. Außerdem ist die erhöhte Sitzposition für den 1,95 Meter-Mann ein zusätzlicher Bonus.

Aus den Kurven der Vorgängerversion wurden stylische, sportliche Kanten.

Hinter dem minimalistisch-cleveren Design des Aluminiumrahmens steckt einiges an Erfahrung, Mut zu Neuem und ein besonderes Verfahren: das Hydroforming. Der Rahmen wird dabei steifer und verliert sogar noch Gewicht – super für eine unvergleichliche Fahrleistung.



Die Kantröhre sehen nicht nur gut aus, sondern haben auch einen praktischen Nutzen. Beim Transfer liegt das abgeflachte, eckige Rohr gut in der Hand und gibt beim Abstützen sicheren Halt.



Auch Nikos dritter THE KSL sitzt perfekt



„Das Fahrverhalten ist genial geblieben. Ich bin nach wie vor top zufrieden. Leichtgängig, reaktionsfreudig und sportlich, wie ich es von Küschall gewohnt bin.“

FOTOS: DAVID SCHÖN INVACARE GMBH

TIPPS AUS DER COMMUNITY
PARA-REITEN

ZURÜCK IM SATTEL

Ramona Zollinger ist begeisterte Para-Reiterin und Pferde-Fan. Ein Arbeitsunfall im Jahr 2018 stellte ihr Leben auf den Kopf. Halt fand sie unter anderem auf einem Pferderücken.

TEXT: Ramona Zollinger / Natalie Huber

Schon während meiner Zeit in der Reha wuchs mein Wunsch wieder zu reiten. Zunächst startete ich mit geführten Ausritten und wusste bald: Ich will mehr! Das Feuer in mir, das für Pferde und den Sport brennt, entfachte wieder neu. Ich kontaktierte den Verein „Pferdesport mit Handicap“ (pfh-seh.ch), ein Zusammenschluss von Pferdesportinteressierten, die sich für Menschen mit Handicap in der Schweiz engagieren. Im August 2020 absolvierte ich meine erste Para-Reitstunde. Heute genieße ich das Reiten nicht im Sinne einer Therapie, sondern als Sport, den ich liebe.

MEIN MOTTO: GEHT NICHT, GIBT'S NICHT!

Mein Leih-Pferd Caruso und ich wuchsen zu einem guten Team zusammen. Er nimmt Rücksicht, möchte immer alles perfekt machen und mir gefallen. Das Aufsteigen zum Beispiel gelingt mir unter Hilfestellung mit einer speziellen Rampe. Zusätzlich brauche ich aber eine Betreuung von zwei bis drei Personen, ohne die ich wahrscheinlich aufgeschmissen wäre. Da Caruso mich deutlich überragt, bin ich auch beim Putzen auf Unterstützung angewiesen. Seine Rückenpartie beispielsweise kann ich vom Rollstuhl aus nicht erreichen. Auch beim Satteln und manchmal beim Aufzäumen benötige ich etwas Hilfe.

K-SERIES



RAMONAS WAHL

K-SERIES IN ORANGE

Ramona fährt aktuell ein Vorgängermodell der K-Series in Schwarz. Ihr nächster Kuschall soll bunt werden: Entweder im peppigen „Dynamite-Orange“ oder in einem knalligen Hellgrün – als Sonderfarbe ist fast alles machbar.



KLEINER STECKBRIEF

RAMONA ZOLLINGER

- 31 Jahre jung
- Verrückt nach: Abenteuer, Wandern, Pferde & Hunde
- Was sie nicht mag: Unfares Verhalten
- Ihr Markenzeichen: Immer gute Laune, ist nie langsam mit dem Rollstuhl unterwegs – oft auch nur auf den Hinterrädern
- Ihr größter Traum: Bei den Paralympics zu reiten
- Ramonas Tipp für alle: Wenn dir jemand sagt „Das geht nicht“, probiere es trotzdem. Denn es sind seine Grenzen, nicht deine.

FOTOS: PRIVAT

STECKBRIEF



MEINE AUSTRÜSTUNG HABE ICH AUF MICH ANGEPAST

Entscheidend ist, dass die Reitausrüstung an die individuellen Bedürfnisse angepasst ist. Das ist die Grundlage dafür, dass man sich auf dem Pferd und in Bewegung wohl fühlt. Genau wie in meinem Rollstuhl: Ich möchte die bestmögliche Flexibilität haben und dennoch darf die Sicherheit nicht darunter leiden. Deswegen ist meine Ausrüstung auf mich zugeschnitten. An meinem angepassten Sattel kann ich, wenn nötig, meine Oberschenkel mit Klettbindern fixieren. Um Druckstellen zu vermeiden, ist auf der Sitzfläche ein Gelpad angebracht. //

„NICHTS IST SO SCHLECHT, DASS ES NICHT EINEN SAMEN GUTES HAT – WENN MAN DIESEN SAMEN GUT PFLEGT, WÄCHST DARAUS EIN NEUER BAUM.“



Liebe auf den ersten Blick: Auf der Suche nach einem geeigneten Leih-Pferd im Nationalen Pferdezentrum Bern (NPZ) hat in diesem Fall das Pferd Caruso seine Reiterin Ramona selbst ausgewählt.



TIPP

Die Steigbügel sind mit einem Körbchen und Gummibändern ausgerüstet, damit die Füße weder nach vorne noch nach hinten herausrutschen können.



Wenn du auch Lust hast, hoch zu Ross die Welt zu erobern, findest du hier weiterführende Informationen:



Quelle: reitsport-mit-handicap.de

PARA-DRESSURSPORT

- Reitsport der Spitzenklasse: Bei den Paralympics ist die Dressur die einzige Disziplin.
- Wichtige Voraussetzung für die Athlet:innen ist ein ausgeprägtes Körpergefühl.
- Menschen mit den unterschiedlichsten körperlichen Behinderungen reiten Dressur – als Einzel- oder Teamsportart.
- Parareiter:innen werden in fünf verschiedene Grade eingeteilt, basierend auf Funktionsfähigkeiten, gestützt auf Kraft und Koordination.
- Das Ziel: pure Harmonie zwischen Reiter:in und Pferd.



DIE SEELE DER MARKE

TEXT: Susanne Bahro

Alles begann mit einem einzelnen Mann, einem Mann, der an seine Grenzen gelangte, aber nicht bereit war, sie zu akzeptieren. Einem Mann, der eine Vision von einem besseren Leben hatte, das mobil, frei und selbstbestimmt ist. Dieser Mann heißt Rainer Küschall. Seine Geschichte ist untrennbar mit der Marke Küschall verbunden.

Der Sprung in ein Schwimmbecken hat Rainer Küschall mit 16 Jahren zum Tetraplegiker gemacht. Das war in den frühen Sechzigern, als Rollstühle noch sperrige, stählerne Ungetüme waren, die ein Leben ohne fremde Hilfe unmöglich machten. Ein Zustand, mit dem Rainer Küschall sich nicht abfinden wollte. Er hatte eine Vision: Er wollte ferne Länder bereisen, Tischtennis spielen und im Übrigen ein weitgehend normales Leben führen. Doch damit dieser Traum sich erfüllen konnte, brauchte er ein anderes Gefährt. Also entwickelte er einen Aktivrollstuhl, der leicht, wendig und agil war. Das war die Geburtsstunde der Marke Küschall. Zahlreiche Modelle folgten, weil Rainer Küschall immer etwas entdeckte, das es noch zu verbessern galt. Damit legte er den Grundstein für zwei der wichtigsten Kernwerte des Unternehmens: höchste Präzision und das Streben nach Perfektion. Revolutionäre Funktionalität mit hervorragenden Fahreigenschaften und einem modernen, ästhetischen Design zu verbinden, ist bis heute der Anspruch des Unternehmens geblieben.

Der Küschall-Gründer hat vorgemacht, dass mit starkem Willen, eiserner Disziplin und wilder Entschlossenheit fast alles im Leben erreichbar ist. Von äußeren Umständen hat er sich nicht aufhalten lassen, sondern hat sie mit innerer Stärke überwunden. Damit gab er nicht nur seinem eigenen Leben eine neue Qualität, sondern bereitete auch all denen den Weg, die heute dank ihres Küschall-Rollstuhls ein aktives Leben führen. Sie akzeptieren Grenzen nicht als gegeben, sondern

suchen nach Wegen, um sich über sie hinwegzusetzen – zuerst im Kopf, dann im Leben! Das ist der Küschall-Spirit, die Seele der Marke.

LEBEN MIT VISION

Es gibt eine Eigenschaft, die alle Küschall-Fahrer:innen gemeinsam haben: Sie leben mit einer Vision. Die Küschall Fan-Community besteht aus visionären, interessanten Menschen, die im Leben noch viel vorhaben. Egal ob Champion, K-Series, Compact oder THE KSL, wer sich für Küschall entscheidet, hat Ziele, die er oder sie unbedingt erreichen will. Und dafür brauchen sie einen Rollstuhl, der ebenso einzigartig, aktiv und dynamisch ist, wie sie selbst!

INDIVIDUALITÄT AUF RÄDERN

Kein Küschall-Rollstuhl gleicht dem anderen. Präzise wie ein Maßanzug wird dein Küschall an deine individuellen Bedürfnisse angepasst, von der Funktionalität über die Größe bis hin zum Design. Damit der Rollstuhl perfekt zu deinem Lebensstil passt, ist eine intensive Beratung nötig. Das häusliche Umfeld wird dabei ebenso gründlich analysiert wie Freizeitaktivitäten, Anforderungen im Berufsalltag und der persönliche Stil. Das moderne, klare Design reflektiert jede Persönlichkeit und kommt – je nach Ausstattung und Farbwahl – mal poppig-frech, mal stylish-kühl daher. Stilvoller kann man nicht durchs Leben gleiten!



ER MACHTE DEN ANFANG

Der Küschall Competition war der erste und vermutlich meistkopierte Aktivrollstuhl mit Starrachse auf dem Markt. Minimalistisches und individuelles Design wurde bei Küschall schon im Jahr 1985 großgeschrieben.

MIT MUT, DIE ANGST BESIEGT

Für Rainer Küschall ist der Traum übrigens wahr geworden. Der heute 75-jährige hat die halbe Welt bereist, zwei Goldmedaillen im Tischtennis bei den Paralympics gewonnen, mit dem Rennrollstuhl Weltrekorde gebrochen und sich als Rennfahrer im Motorsport einen Namen gemacht. Natürlich gab es nicht nur Siege, auch so manche Niederlage musste er einstecken. Aber keine davon konnte seinen unbändigen Lebens- und Leistungswillen brechen, der ihn zu einem Vorbild gemacht hat für Generationen von Küschall-Fahrer:innen weltweit.

DANKE, RAINER!

ERLEBE DIE KÜSCHALL-ROLLSTÜHLE
& RAINER KÜSCHALL
AUF YOUTUBE



GEWINNSPIEL

ZEIG UNS DEINE KÜSCHALL-POSE!

Poste ein Foto von deinem Küschall und dir in Küschall-Pose mit dem Hashtag #kueschallpose auf Instagram und verlinke @unlimited.wheelchairs. Beschreibe dabei, was die Pose der ausgebreiteten Arme für dich bedeutet. Unter allen, die mitmachen, verlosen wir laufend coole Geschenke rund um die Marke Küschall! Bis zum 31. Dezember 2022 hast du Zeit, dein Bild hochzuladen – bitte beachte auch unsere Teilnahmebedingungen.*

Kennst du schon unsere Küschall-Kurzinfos?

Wir informieren Küschall-Fans über Neuigkeiten rund um die Marke Küschall. Gelegentlich ist auch deine Meinung gefragt, mit der du bei spannenden Aktionen mitwirken kannst.

MELDE DICH GLEICH AN:



>> DIE #KÜSCHALLPOSE

Hast du dich auch schon mal gefragt, wieso Küschall-Fahrer:innen in den Sozialen Medien oft Fotos teilen, auf denen sie mit ausgebreiteten Armen zu sehen sind? Das ist die Küschall-Pose, ein klassisches Motiv in den Social Media Accounts der Küschall-Fans. Ihre Bedeutung ist nicht festgelegt und individuell verschieden. Während sie für die einen für Freiheit und Abenteuer steht, drückt sie für andere den Wunsch danach aus, die

eigenen Grenzen zu sprengen, getreu dem Küschall-Motto „Unlimit your World!“. Einige nutzen sie auch in Glücksmomenten, in denen sie so happy sind, dass sie die ganze Welt umarmen könnten. Die Pose drückt viele Emotionen aus. Außerdem hilft der Hashtag dabei, online andere Küschall-Fans zu entdecken, mit ihnen in Kontakt zu treten und sich zu vernetzen.

FOTOS: INVACARE GMBH,
DAVID SCHÖN INVACARE GMBH

*Teilnahmebedingungen für das Gewinnspiel: www.invacare.de/de/teilnahmebedingungen-fuer-gewinnspiele

AB AUF DIE PISTE MIT DEM MONOSKI



Ohne Extremsport,
ohne mich!
Niko liebt Action und
Geschwindigkeit

NIKO JOHANN

In Oberwiesenthal im sächsischen Fichtelgebirge wagten sich Ende Januar zehn mutige Aktivrollstuhlfahrer:innen auf die Monoskier.



Ab geht's:
Als Coach zeigt Niko
Monoski-Neulingen
worauf es ankommt

TEXT: Susanne Bahro

Das aus einem Schalensitz, einem gefederten Traggestell und einem Ski bestehende Sportgerät wird durch Oberkörperrotation und Rumpfbewegungen gesteuert. Statt Skistöcken gibt es Unterarmstützen mit Mini-Skiern. Nach dem Event trafen wir Kursleiter Niko Johann zum Interview.

Wie ist der Kurs gelaufen?

Das Wetter war zwar ein bisschen trüb, aber es hat nicht übermäßig geregnet, wir hatten echt gute Bedingungen, um die Teilnehmer:innen ans Monoskifahren heranzuführen. Das hat super geklappt, wir haben eine Menge glückliche Gesichter gesehen. Einer war dabei, der hatte das schon mal ausprobiert, damals hatte es nicht geklappt. Ich bin froh, dass er sich davon nicht hat abbringen lassen, denn bei ihm lief es diesmal schon am ersten Tag richtig super. Bei anderen hat es erst am zweiten Tag klick gemacht, aber dann lief's. Letzten Endes haben wir alle in den zwei Tagen so weit gebracht, dass sie selbständig auf der Piste rumfahren konnten. Sie sind jetzt auf einem Level, dass sie in ein Skigebiet fahren können, sich ein Gerät ausleihen und selbständig zurechtkommen.

Was kostet denn so eine Ausrüstung?

Mindestens 2.500 Euro sollte man schon in die Hand nehmen. Nach oben sind keine Grenzen gesetzt, da kann man alles ins Maximum treiben, von den einzelnen Komponenten über das Gerät bis hin zu den Materialien. Für den Anfang sollte man sich das Gerät lieber leihen.

Ist jedes Skigebiet für Monoskifahrer geeignet?

Grundsätzlich schon. Gondelfahren ist halt immer so eine Geschichte. Man steigt aus dem Monoski ja nicht aus – wie komme ich also zur Gondel? Besser ist es Schlepplift zu fahren, da kann man einfach vorne einhaken. Am komfortabelsten aber finde ich den Sessellift. Da kannst du das Ding ein bisschen hochbocken, setzt dich ganz normal in den Sessel und steigst oben wieder aus. Damit lassen sich die meisten Skigebiete erschließen.

Wie bist du auf die Idee gekommen, Monoski-Kurse anzubieten?

Ich habe eben die Problemlage gesehen. Ich komme ja selbst aus dem Sport, war früher im Olympia-Nachwuchskader und bin durch einen Zufall auf den Monoski gekommen. Aber den Weg hat natürlich nicht jeder und man will sich ja auch nicht gleich so ein teures Gerät anschaffen. Den Sport einfach mal ausprobieren kann man hauptsächlich in Österreich. Dort hinzufahren ist ein ziemlich großer Aufwand, wenn man nicht weiß, ob es einem überhaupt taugt. Daher war meine Zielsetzung, einen niederschweligen Einstieg zu schaffen mit 60 Euro am Tag als Unkostenbeitrag, der Rest war spendenfinanziert. So konnte man das einfach mal ausprobieren mit einem Leihgerät von einem Hersteller, der auch vor Ort war und beraten konnte. Am Ende war es für alle ein voller Erfolg!

Wie hat sich deine sportliche Karriere in der Zeit weiterentwickelt?

Als Skifahrer war ich bei den X-Games dabei und im Olympia-Nachwuchskader, das mache ich heute nur noch zum Spaß oder gebe Kurse. Dafür bin ich jetzt im deutschen Nationalteam im Para-Bobfahren und habe dieses Jahr in Sankt Moritz bei den Europameisterschaften den dritten Platz gemacht. //

FOTOS: SANITÄTSHAUS-HELMUT HAAS

UNLIMITED.WHEELCHAIRS: MIT ROLLSTUHL, ABER OHNE GRENZEN!

TEXT: Natalie Huber

Du kennst Kuschall schon? Dann komm jetzt aufs nächste Level und hol dir deine Portion Inspiration online ab! Deine aktive Rollstuhl-Community wartet auf Instagram auf dich.

Kuschall fährt man nicht nur, man lebt es auch – und zwar täglich. Wir sind Fans von Grenzen-Sprengern, Gute-Laune-Machern und Einfach-Mal-Loslegern. Und das Beste: Wir teilen ihre Stories für dich! Lass` dich auf Instagram bei **unlimited.wheelchairs** von anderen Kuschall-Fans mitreißen und traue dich, etwas Neues zu erleben! 😊
Wir freuen uns auf dich.

Steig ein und erlebe das echte Kuschall-Feeling. Ob in unseren Produkt Clips oder im Brand Video, wir zeigen die Kuschall-Highlights.

YouTube
K-SERIES, CHAMPION, COMPACT UND THE KSL
stellen sich vor:



STERNMODUL
Größe Design für eine perfekte
Einstellung

EINFACH ZUSAMMEN
Mit nur einem einzigen
Finger fahrbar –
dank eigener
Kreuzstreifen

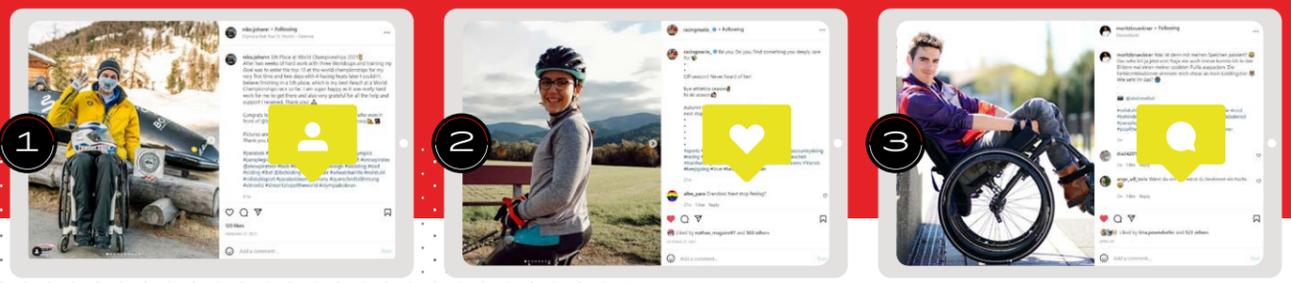
In der Kuschall-Playlist auf unserem YouTube-Kanal kannst du alle Aktivrollstuhlmodelle im Video erleben.

FOLGE
@UNLIMITED.WHEELCHAIRS
AUF INSTAGRAM
UND SEI DABEI

FOTOS: PRIVAT: INVACARE
INSTAGRAM: @NIKO.JOHAHN, @RACINGMERLE, @MORITZBRUECKNER



TIPP: Noch mehr Motivation, Tipps und Spaß gefällig? Schau auch vorbei bei **1** @niko.johann, **2** @racingmerle_ und **3** @moritzbrueckner



Herausgeber
Invacare GmbH
Am Achener Hof 8
88316 Isny

V.i.S.d.P.
Sascha Bochmann

Kontakt
Invacare GmbH
Telefon: 07562 / 700-38
kontakt@invacare.com
www.invacare.de

Redaktion
Susanne Bahro,
Natalie Huber,
www.kuschall.de

Art Direction & Design
Christian Schäfler



WWW.KUSCHALL.COM