

Die Begegnung von Tänzer und Therapeut La rencontre du danseur et du thérapeute

FRANÇOIS PETIT, BALLETTMEISTER AM OPERNHAUS ZÜRICH
FRANÇOIS PETIT, MAÎTRE DE BALLETT À L'OPÉRA DE ZÜRICH



In den vergangenen Jahren hat die moderne Physiotherapie die Lebensqualität der Menschen erheblich verbessert. Jeden Tag hilft sie Menschen mit den unterschiedlichsten Beschwerden, ihr körperliches Wohlbefinden zu steigern. In meiner Welt, derjenigen des Balletts, wird sie noch viel zu wenig genutzt. Tatsächlich belasten die Tänzerinnen und Tänzer ihren Körper bis aufs Äusserste, und leider gehen sie oft erst dann zum Therapeuten, wenn eine Verletzung aufgetreten ist oder eine Erkrankung diagnostiziert wurde.

Seit einiger Zeit ändert sich das jedoch, und einflussreiche Ballettkompanien wie das Ballet Zürich unter der Direktion von Christian Spuck und die Sportmedizinpraxis René Zenhäusern arbeiten Hand in Hand zusammen.

Allerdings ist die besondere, extreme Bewegungslogik, die das Ballett erfordert, oft eine echte Herausforderung für Physiotherapeuten! Daher hat das Team von Sportarzt Zenhäusern unter der Leitung der Physiotherapeutin Rebekka Kraemer eine komplette Technik zur Stärkung der «kleinen» Muskeln entwickelt, um die Stabilität zu verbessern. Die Ergebnisse sind überzeugend, allerdings müsste die Technik vorbeugend angewandt werden, um noch effizienter zu sein.

Oft ist es auch eine Frage des Budgets, das es den Ballettkompanien einfach nicht erlaubt, einen Physiotherapeuten in Vollzeit zu beschäftigen, ganz davon abgesehen, dass eine einzige Person für 50 Tänzerinnen und Tänzer eigentlich viel zu wenig ist. Aber das ist wieder ein anderes Thema ...

Zu sagen bleibt mir noch, dass die Begegnung von Tänzer und Therapeut manchmal Wunder bewirkt. |

Ces dernières années la physiothérapie moderne a amélioré de façon considérable la vie de tout un chacun. En effet, elle aide chaque jour à améliorer le bien physique de toute personne soumise à différentes pathologies.

Dans le Monde qui est le mien, celui du Ballet, elle n'est encore que trop peu utilisée. En effet, les danseurs exploitent au maximum leur corps, et malheureusement la rencontre avec le thérapeute ne se fait que souvent une fois l'accident arrivé ou la pathologie déclarée.

Depuis quelques temps la situation change et des compagnies de ballet influentes comme le Ballet Zürich dirigé par Christian Spuck et le cabinet de médecine du sport René Zenhäusern travaillent en étroite collaboration.

Mais la logique particulière du mouvement extrême qu'exige la pratique du ballet est bien souvent un défi pour les physiothérapeutes! Ainsi l'équipe du médecin du sport Zenhäusern, dirigée par la physiothérapeute Rebekka Kraemer a mis en place tout une technique de renforcement des «petits» muscles pour améliorer la stabilité. Les résultats sont probants mais nécessiteraient d'être faits en amont, préventivement pour une meilleure efficacité.

C'est aussi souvent un problème de budget qui ne permet pas aux compagnies de ballet d'engager un physiothérapeute à plein temps même si, dans l'absolu, une personne ne suffirait pour un contingent de 50 danseurs. Mais ceci est un autre débat ...

Ce qu'il me reste à dire, c'est que parfois la rencontre du danseur et du thérapeute produit des miracles. |

physioactive 1/13

HANDTHERAPIE

- *Glasknochenkrankheit*
- *Jahrestagung 2012*

Erscheint am 21. Januar 2013.

physioactive 1/13

THÉRAPIE DE LA MAIN

- *Maladie des os de verre*
- *Journée annuelle 2012*

Paraît le 21 janvier 2013.