

„Ich bin heiß auf Tokio“:

## Regina Mispelkamp trainiert für Olympia



Regine Mispelkamp und ihre treue Helferin Nicole Hochstrat.

Wenn vom 24. Juli bis zum 9. August 2020 die Olympischen Spiele in Tokio stattfinden, ist im deutschen Team auch eine Sportlerin mit am Start, die an Multipler Sklerose erkrankt ist. Regina Mispelkamp ist amtierende deutsche Meisterin in der Para-Dressur. Im letzten Jahr holte sie bei der Weltmeisterschaft der Para-Reiter in den USA die Bronze-Medaille. Mit ihrer Mannschaft qualifizierte sie sich für die Paralympics 2020.

„Für mich ist ein Traum in Erfüllung gegangen“, sagt Mispelkamp im Interview mit der *aktiv!*, „ich habe meine Ziele konsequent verfolgt und es gewagt, mich öffentlich zu meiner Krankheit zu bekennen.“ Ein schwerer Schritt, den sie trotz einiger negativer Erfahrungen nicht bereut: „Ich möchte damit zeigen, dass es auch mit gesundheitlichen Einschränkungen möglich ist, auf höchstem Niveau zu reiten“, betont die 48-Jährige, die mit ihrem Beispiel auch andere dazu motivieren will, ihre Ziele trotz der noch unheilbaren Erkrankung weiterverfolgen.

### Kein Bandscheiben-Vorfall, sondern MS

Die Diagnose sei ein Schock für sie gewesen, berichtet die Profisportlerin. Seit 18 Jahren lebt sie mit MS – weitestgehend unbemerkt von ihrer Umwelt. Lange Zeit hat sie die MS verheimlicht. Bis im Herbst 2017 beim Start in

die nächste Turniersaison beim Training heftige linksseitige Sensibilitätsstörungen auftraten. Weil sich die Symptome nicht mehr verbergen ließen, vertraute sie sich ihrer Trainerin an und erzählte das erste Mal jemandem außerhalb ihrer Familie von ihrer Krankheit. Die Diagnose schubförmige MS hatte sie bereits mit Anfang Dreißig erhalten. Wegen Missempfindungen im linken Bein war sie damals zum Orthopäden gegangen. Es stellte sich schnell heraus, dass ihre Beschwerden nicht, wie vermutet, von einem Bandscheibenvorfall verursacht wurden. Eine Untersuchung im Krankenhaus bestätigte: Es ist MS. „Ich hatte große Angst, den Pferdesport, der schon damals für mich Leidenschaft und Beruf war, eines Tages nicht mehr ausüben zu können“, berichtet Regine Mispelkamp, die zu diesem Zeitpunkt bereits seit über 20 Jahren einen eigenen Turnier- und Ausbildungsstall betrieb. Aus Angst, Kunden zu verlieren, hatte sie ihre Erkrankung nie öffentlich gemacht. Ohnehin verdrängte sie die Krankheit, erklärt sie, „ich war schon immer der Typ Mensch, der Schwächen nur ungerne zulässt.“

### Paul Schockemöhle und Ludger Beerbaum waren ihre Trainer

Der Reitsport begleitet Regine Mispelkamp schon seit frühester Jugend. Bereits im Alter von sieben Jahren hatte sie täglich Reittraining

und begann mit 15 Jahren ihre Turnierkarriere. Zu ihren Trainern gehörten namhafte Reiter wie Paul Schockemöhle und Ludger Beerbaum. Mitte der 90er Jahre sammelte sie bereits Turniererfolge und hat schließlich ihr Hobby zum Beruf gemacht.

„Mit der Para-Szene hatte ich mich bis dahin niemals auseinandergesetzt“, erklärt die Pferdewirtschaftsmeisterin, warum es für sie anfangs nicht einfach war, neben dem Regelauch im Para-Sport zu starten. Bei ihrem ersten Turnier spürte sie die fragenden Blicke der Reiter, die sie aus Regelwettbewerben kannten: „Was hat die in der Para-Dressur zu suchen? Ich habe das gespürt und es tat mir in der Seele weh“, erinnert sich Regine Mispelkamp.

### „Ich möchte anderen Menschen Mut machen mit meinem Outing“

Seit diesem Jahr bekennt sich die Sportlerin zu ihrer Krankheit – auch, weil das Verstecken der Symptome sie zu sehr anstrengt und sie inzwischen gelernt hat, mit der MS zu leben. Das Reiten betrachtet sie als Therapie, die den Krankheitsverlauf positiv beeinflusst. „Wenn ich auf dem Pferd sitze“, so Mispelkamp, „gibt mir das unglaublich viel Energie.“ Gerne würde die vom olympischen Sportbund zertifizierte Diplomtrainerin auch anderen MS-Erkrankten die Vorteile des Therapeutischen Reitens näherbringen und mit der DMSG zusammenarbeiten.

Die Idee, sich beim deutschen Para-Dressurteam zu bewerben, kam von ihrer Trainerin. Anfang 2018 ritt sie einem Komitee, bestehend aus Vertretern des Deutschen Kuratorium für Therapeutisches Reiten (DKThR) und der Deutschen Reiterlichen Vereinigung vor und absolvierte anschließend die nationale und internationale Sportuntersuchung. Sie wurde in Grade V\* eingestuft, in dem Reiter mit Behinderungen in maximal zwei Gliedmaßen oder Einschränkungen der Sehfähigkeit starten. Für Equipechefin Britta Bando war Mispelkamp ein Glücksgriff: Eine MS-Erkrankte, die bereits im Regelsport zahlreiche Platzierungen und Siege bis zum Grand Prix errungen hatte. Seit sie ihre Krankheit nicht mehr verberge, könne sie die MS als einen Teil ihres Lebens akzeptieren, sagt Mispelkamp, „aber ich lasse mich von der Krankheit nicht bestimmen“. Aufgeben ist für sie keine Alternative. Die Profisport-



Regine Mispelkamp und ihr Pferd Look at me now

lerin trainiert unermüdlich. Das nächste Etappenziel ist im August die Europameisterschaft in Rotterdam. „Jetzt müssen wir nur noch gesund bleiben“, freut sie sich auf die enge Zusammenarbeit mit Bundestrainer Bernhard Fliegl und Equipechefin Britta Bando: „Ich bin heiß auf Tokio.“ Selbstverständlich startet sie wieder mit ihrem Wallach „Look at me now“, der im letzten Jahr zum Pferd des Jahres gewählt worden ist. Sie hat ihn selbst trainiert, verrät sie stolz: „Nur deshalb konnte ich ihn mir leisten.“

**Erklärung:** Im Grade V starten Reiter mit Behinderungen nur in einer oder zwei Gliedmaßen oder Einschränkungen der Sehfähigkeit.

### Para-Dressursport

Für den Para-Dressursport ist in Deutschland das Deutsche Kuratorium für Therapeutisches Reiten (DKThR) zuständig. Auf Bundesebene arbeitet das Kuratorium mit der Deutschen Reiterlichen Vereinigung (FN) und bei internationalen Turnieren mit dem Deutschen Behindertensportverband (DBS) zusammen. Mit der Klassifizierung in Grade (I-V) soll sichergestellt werden, dass vergleichbare Einschränkungen der Reiter zu vergleichbaren Leistungen führen. Bei der Grade-Einteilung werden die Muskelkraft, die Gelenkbeweglichkeit und die Koordination des Athleten bewertet.