

## Seelenmassage und Akupunktur für die Tour-Stars

Dr. Thomas Klimaschka begleitet zum siebten Mal das größte Radrennen der Welt als Teamarzt

Von unserem Redakteur  
Carlo Rosenkranz

■ **Nassau/Valence.** Die erste Woche der Tour der France hatte etwas von einer Schlacht. Nach unzähligen Stürzen waren fast alle Stars der Szene sowie Dutzende der weniger bekannten Radprofis mehr oder minder lädiert. Um kleine Wehwehchen und große Wunden kümmern sich während der dreiwöchigen Rundfahrt durch Frankreich die Teamärzte. Der Nassauer Mediziner Dr. Thomas Klimaschka ist seit vielen Jahren im Profiradsport tätig. Während der chaotischen Anfangstage der diesjährigen Tour war er noch zu Hause an seine Praxis gebunden. Seine Ankunft in Frankreich fiel auf einen Festtag für die Equipe, für die er tätig ist.

Als der Arzt am Montagmorgen um 5 Uhr zu Hause in Nassau aufsteht, ist einer der größten Erfolge des Teams AG2R Citroën keine zwölf Stunden her. Bei einstelligen Temperaturen und Dauerregen hatte der Australier Ben O'Connor auf dem 145 Kilometer langen Ritt durch die Alpen am mehr als 20 Kilometer langen Schlussanstieg zum Wintersportort Tignes die letzten noch verbliebenen Fluchtgefährten stehen gelassen und die neunte Etappe gewonnen. Mindestens ebenso spektakulär ist die Tatsache, dass sich der 25-Jährige damit auf Rang zwei der Gesamtwertung katapultierte. Nur der unantastbar scheinende Slowene Tadej Pogacar ist vor ihm platziert.

Mit dem Flugzeug reist Klimaschka am ersten Ruhetag der Tour zunächst nach Lyon, dann mit dem Zug weiter nach Grenoble, wo er mit dem Auto abgeholt wird. Bei einem ebenfalls für AG2R Citroën tätigen französischen Teamarzt, der in der Region wohnt und die ersten Renntage begleitet hat, wird Übergabe gemacht. Dann geht für den Nas-

sauer weiter nach Tignes, wo er gegen 16 Uhr zur Mannschaft stößt. „Die Stimmung ist klasse“, berichtet Thomas Klimaschka später. Etappensiege bei der Tour werden gefeiert, soweit es die eng getakteten Abläufe zulassen; und der erste rennfreie Tag nach neun extrem herausfordernden Etappen sorgt in Verbindung mit dem Erfolg für gelöste Stimmung.

Dass der deutsche Teamarzt nach seinem Wechsel vom mittlerweile aufgelösten Schweizer Team Katusha Alpecin zu AG2R Citroën zum siebten Mal die Rundfahrt durch die Grande Nation begleitet, hat ihn selbst überrascht.

„Das sind einfach harte Hunde.“

Dr. Thomas Klimaschka, Teamarzt für AG2R Citroën bei der Tour de France, über die Radprofis

„Französische Teams nehmen bei der Frankreich-Rundfahrt meist einheimische Mannschaftsärzte mit“, sagt Klimaschka. Er ist in dem Pool der fünf Mediziner im Team der einzige Nicht-Franzose. „Es ist schön, dass ich dabei sein kann.“ Allerdings gibt es einen Wermutstropfen: Sein Sohn Niklas hat während der beiden letzten Tour-Wochen Abiturfeier. Da ist es nur ein kleiner Trost, dass diese wegen der Coronapandemie nicht so groß ausfallen kann, wie es üblich ist.

Der Etappensieg von O'Connor darf nicht darüber hinwegtäuschen, dass auch er und andere im Team von der Sturzburg in den ersten Tagen hart getroffen wurden. Am schlimmsten hat es den Franzosen Nans Peters erwischt. Er hatte bei einem Sturz einen Wirbelbruch erlitten. Auf den steilen Alpenstraßen strich er am Sonntag die Segel, weil er aufgrund der Verletzung nicht mehr genug Kraft auf die Pedale brachte. Auch O'Connor war in den Anfangstagen nicht verschont geblieben. „Er musste mit zwölf Stichen am Unterarm genäht werden und war kurz davor auszusteigen“,



Zu den Schützlingen von Teamarzt Dr. Thomas Klimaschka (links) bei der Tour de France gehört auch Ben O'Connor. Der Australier war mit seinem Etappensieg am Sonntag kurzzeitig unerwartet auf Rang zwei der Gesamtwertung vorgestoßen.

Foto: Team AG2R Citroën

berichtet Thomas Klimaschka. Dann folgte der Triumph in Tignes. „Das sind einfach harte Hunde“, sagt er über die Berufsradfahrer bei der Tour.

Ein ganzer Stab an Mitarbeitern kümmert sich während der Tour um das Wohlergehen der Profis. Köche sorgen für gesunde Ernährung und die genau richtige Kalorienzufuhr, Therapeuten machen Muskeln und Gelenke wieder geschmeidig, die Ärzte behandeln die Blessuren. Dabei lässt die unerbittlich voranschreitende Tour de France, das bedeutendste Radrennen der Welt, wenig Spielraum. „Man kann nicht einfach zwei Tage Auszeit nehmen, wenn man einen riesigen Bluterguss hat“, sagt Thomas Klimaschka. Ohnehin lässt sich bei den Spitzensportlern während des Wettkampfs so manches nicht behandeln, wie ein Arzt es bei Patienten in seiner Praxis tun würde. „Ich darf zum Beispiel im Falle einer Schleimbeutelentzündung nicht einfach Cortison spritzen“, sagt der Nassauer Mediziner. Das geben die Regeln des Radsportverbands nicht her. Doch vieles, was hilft, ist sehr viel sanfterer Natur.

Nach den kalt-nassen Etappen in den Alpen setzt man laut Teamarzt vor allem auf Hausmittel. Di-

rekt nach der Zieldurchfahrt trockene Kleidung anziehen, heißer Tee, etwas zu essen, im Hotel eine warme Dusche und danach Entspannung sind demnach das A und O. „Wie man es zu Hause auch machen würde“, sagt Thomas Klimaschka, der als Arzt gerade zu Letzterem einen Beitrag leisten kann. Er setzt den Radprofis schon einmal Akkupunkturadeln, um die Entspannung der Muskulatur zu fördern. Auch gegen Schlafprobleme geht er damit an. Die Energiegels, die die Fahrer während des Rennens oft als leicht verdauliche Energiequelle zu sich nehmen, seien oft mit Koffein angereichert, das manche Athleten abends schlecht zur Ruhe kommen lässt. Auch den psychologischen Effekt eines Vieraugengesprächs mit dem Doktor darf man wohl

### Die Tour 2021 in Zahlen

- Distanz: 3414 Kilometer
- 21 Etappen
- 2 Ruhetage
- 23 Mannschaften
- 184 Fahrer
- Längste Etappe: 249 Kilometer
- Kürzeste Etappe: 27,2 Kilometer
- Höchster Punkt: 2408 Meter (Port d'Envalira, Andorra)

nicht unterschätzen. Seelenmassage und Wunden lecken, meint Klimaschka, seien wichtige Funktionen eines Mannschaftsarztes im Hochleistungssport.

Nach dem Ruhetag am Montag gingen die Profis von AG2R Citroën gut regeneriert in die relativ entspannte Flachetappe am Dienstag. Um während der langen Tour-Tage selbst nicht einzurosten, beginnt Thomas Klimaschka den Tag gern mit Joggen. In Tignes absolvierte er um halb sieben morgens einen fünf Kilometer langen Lauf. „Das mache ich alle zwei Tage, wenn es zeitlich passt“, sagt der sportbegeisterte Arzt. Im Wintersportort auf 2100 Meter trieb es ihm dabei ordentlich den Puls hoch. Nach dem Etappenstart am Mittag in Albertville musste er erst mal als Chauffeur einspringen und eines der Teamfahrzeuge ins fast 200 Kilometer entfernte Ziel Valence steuern. Das Sprintfinale schaute er sich auf dem Fernseher des Reisebusses an, das während der Tour das Zuhause der Profis ist.

Schon jetzt hat die Mannschaft AG2R Citroën laut Thomas Klimaschka mit dem Etappensieg in Tignes ihr erklärtes Ziel erreicht. „Alles Weitere ist ein Bonus“, sagt er. Das O'Connor die Lorbeeren

holte, war nicht unerwartet. „Er ist ein guter Bergfahrer“, sagt der Arzt. Dass der Australier sich in der Gesamtwertung so weit vorn platziert, habe jedoch alle überrascht. Ob der Radprofi bis Paris unter den Besten der Besten bleibt, ist für Thomas Klimaschka noch nicht absehbar. Viel hänge davon ab, wie er die zweimalige Überquerung des legendären Mont Ventoux am Mittwoch übersteht. Dort gelte es, Kräfte zu sparen, um später in den Pyrenäen in guter Verfassung zu sein. „Ich traue ihm aber einen Platz unter den Top 10 zu.“

Gut möglich, dass der Teamarzt am 1910 Meter hohen Bergriesen der Provence gestern ein paar bekannte Gesichter zu sehen bekommen hat. Ein paar Aktive des Nassauer Radsportvereins RSV Oranien sind derzeit im Süden Frankreichs mit dem Rennrad unterwegs. Was die Profis an diesem Tour-Tag erwartet, wissen die Hobbyradfahrer aus dem Rhein-Lahn-Kreis dann bereits aus eigener Erfahrung. Sie haben den Mont Ventoux am Montag selbst zwei Mal aus eigener Kraft mit dem Fahrrad überquert, wie die Streckendaten zeigen, die sie auf die Trainingsplattform Strava hochgeladen haben.

## Klima und die Kosten Dauerbrenner im Wahlkampf

Verbraucherschützer sowie Vertreter von Mietern und Vermietern reden Tacheles

■ **Region.** Mit dem verschärften Klimaschutzgesetz, vom Bundeskabinett am 12. Mai beschlossen, wurden die Klimaziele angehoben und für Deutschland verbindliche Emissionsziele beschlossen. Bis 2045, statt wie zuvor geplant bis 2050, soll Klimaneutralität erreicht werden. Ein Ziel, das viele Menschen unterstützen, das auf der anderen Seite aber auch jeden etwas kosten wird. Betroffen sein werden neben dem Energiesektor, der Industrie und der Landwirtschaft auch Autofahrer, Mieter und Vermieter sowie die Verbraucher generell, denn Benzin und Diesel werden durch die CO<sub>2</sub>-Bepreisung ebenso

teurer wie Öl und Gas. Über die Auswirkungen sprachen wir mit einem Experten der Verbraucherschutzzentrale sowie regionalen Vertretern des Mieterbundes und des Immobilienbesitzerverbandes Haus & Grund.

Ihre Klimaziele hat die Bundesregierung definiert, über die konkreten Maßnahmen diskutieren die Parteien noch. Gleiches gilt für die schon vor einiger Zeit versprochene Kompensation, den finanziellen Ausgleich für die Bürger bei steigenden Kosten für den Klimaschutz. Denn die Mehrheit der Deutschen will zwar etwas für die Umwelt tun, nur mehr zahlen und

sich einschränken, das wollen die wenigsten.

Dabei muss man jetzt schon an der Zapfsäule für Benzin und Diesel tiefer in die Tasche greifen, unter anderem durch die bereits geltende CO<sub>2</sub>-Bepreisung, die nach und nach noch weiter erhöht werden soll. Ob es sinnvoll ist, parallel dazu die Pendlerpauschale als Ausgleich für stetig steigende Preise weiter anzuheben, und was für den Einzelnen unter dem Strich tatsächlich im Portemonnaie bleibt, dies wird vermutlich einer der Dauerbrenner im anlaufenden Bundestagswahlkampf, denn die Ideen und Konzepte der Parteien sind

verschieden – und mehr als 18 Millionen Autopendler können ihre Stimmen an den Urnen wahlentscheidend abgeben.

Dies gilt so auch für Mieter und Vermieter. Nun hat die Bundesregierung auf Druck der CDU entgegen ihrer ursprünglichen Absicht beschlossen, dass Vermieter künftig doch nicht die Hälfte der Mehrkosten ihrer Mieter für den seit dem 1. Januar geltenden CO<sub>2</sub>-Preis auf Öl und Gas tragen müssen. Es ist nachvollziehbar, dass die regionalen Vertreter der Hausbesitzer und der Mieter diesbezüglich konträrer Meinung sind. Und wie sollen die Menschen

von den steigenden Kosten für Klimaschutz entlastet werden? Der Koblenzer Christoph Schöll von Haus & Grund plädiert für ein sogenanntes „Klimageld“, damit „alle einkommensschwachen Haushalte von der CO<sub>2</sub>-Bepreisung wirksam entlastet werden“. Und Hans Weinreuter von der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz erklärt, es müsse das komplette Aufkommen aus der CO<sub>2</sub>-Bepreisung bei den Privathaushalten wieder ankommen, entweder über einen Klimaschutzcheck oder über die Strompreissenkung. *ms*

Lesen Sie mehr auf Seite 20

## Inzidenz wieder bei nur 1,6

■ **Rhein-Lahn.** Die Zahl der Infizierten im Kreis liegt laut Verwaltung bei 16 Fällen (13 Mutationen). Es kamen keine neuen Fälle hinzu. Der Inzidenzwert beträgt 1,6. Die Erkrankten verteilen sich auf folgende Gebiete: VG Aar-Einrich (3), Bad Ems-Nassau (12) und Nastätten (1). Seit Corona-Beginn sind zu verzeichnen: 4044 Gesamtinfizierte (1142 Mutationen), 98 Verstorbene, 3930 Genesene, 33 803 Getestete und 74 720 Geimpfte. Fast 32 000 wurden durch Hausarztpraxen geimpft. Damit zählt der Rhein-Lahn-Kreis laut Kassenärztlicher Vereinigung (Stand: 7. Juli) zu den Top 5 in Rheinland-Pfalz.