



Trotz Rollstuhl an der Kletter-WM

Vor acht Jahren hatte Angela Fallegger aus Alpnach einen Gleitschirmunfall. Davon lässt sie sich nicht unterkriegen.



Angela Fallegger sitzt im Rollstuhl – Klettern geht trotzdem.

Bild: Florian Pfister (Alpnach, 20. 7. 2023)

Florian Pfister

Ein Tag im April 2015. Angela Fallegger verliert bei der Landung die Kontrolle über ihren Gleitschirm und stürzt aus rund 20 Metern ab. Ihr Rücken ist dreifach gebrochen, auch diverse andere Knochen sind es. Ganz kurz ist sie weggetreten. Alles fühlt sich warm an, sie hört die Stimme ihres Freundes, der sofort herbeieilt. Nun öffnet sie ihre Augen, und die Schmerzen übermannen sie, sind eigentlich unerträglich. Doch Angela Fallegger hat Glück im Unglück.

Viele Operationen und sieben Monate Reha später findet sie langsam wieder ins Leben hinein – nun im Rollstuhl.

«Es ist ein Wunder, dass man solch einen Absturz überlebt, und ich bin megafroh, dass ich noch da bin», sagt die 33-jährige. Sie nimmt die neue Situation an, schaut nach vorne, ist nun dankbar für die kleineren Dinge im Leben. Und sie kämpft sich zurück. Tut, was sie schon vorher gemacht hat. Soweit es geht. Sport war ihr Hobby, Sport

bleibt ihr Hobby.

Nun nimmt die Alpnacherin an den Kletterweltmeisterschaften Anfang August in Bern teil. Als Parasportlerin. Es ist ein weiterer Hinweis darauf, dass ihr Unfall so wenig Auswirkung auf ihre Leidenschaft hatte, wie es nur ging. Doch wie ist es für Angela Fallegger überhaupt möglich zu klettern?

Ein wenig spürt sie ihre Beine noch

Die Obwaldnerin ist inkomplett



gelähmt. Gewisse Restfunktionen hat sie auch in den gelähmten Bereichen noch. Sie kann ihre Beine durchstrecken, kann aber lediglich 10 bis 15 Kilogramm pro Bein «drücken». Solange die Kletterstrecke gerade noch oben führt, kann sie mit ihren Beinen mithelfen. Den Rest machen der Oberkörper und der Rumpf. Sobald es überhängend wird, kann sie die Beine aber nicht mehr nutzen. Ausserdem spürt sie ihre Füße nicht. «Ich muss immer schauen, wo der Tritt ist. Bringe ich den Fuss darauf? Ob er hält, merke ich erst, wenn ich abrutsche oder eben nicht.»

Der Anlass in Bern ist die erste inklusive WM. «Das heisst, dass die beeinträchtigten Menschen gleichzeitig starten dürfen wie die Gesunden», erklärt Angela Fallegger. «Bisher konnten die Eingeschränkten meist nach den Gesunden ihre Wettkämpfe machen. Bei dieser WM sind wir mittendrin und bekommen so auch mehr Aufmerksamkeit für den Behindertensport.»

Konkrete Ziele hat sich Angela Fallegger nicht gesetzt. «Ich gehe, um Erfahrungen zu sammeln und mein Bestes zu geben», sagt sie. «Mir fehlt jahrelange Klettererfahrung, um vorne mithalten zu können.» Denn mit dem Klettern hat sie erst Anfang des letzten Jahres

richtig begonnen. «Alle, die die Wand hochgekommen sind und mit ihrer Einschränkung einer Kategorie zugeteilt werden konnten, durften ins Nationalteam.» Bis dahin hatte die Schweiz noch keines. Doch die WM ist nicht das einzige Highlight für Angela Fallegger. Bisher fanden drei Weltcup-Wettkämpfe statt. Im Mai gar in Salt Lake City.

Durch Klettern konnte sie körperlich massive Fortschritte machen. Auch hat ihr eher frisches Hobby therapeutische Gründe. Es hilft ihr dabei, ein besseres Körpergefühl zu bekommen und die Beine besser einsetzen zu können. Seit sie bei Wettkämpfen klettert, liegt ihr Fokus besonders im Oberkörper. «Das stört mich ein wenig, weil eigentlich will man als Rollstuhlfahrer möglichst starke Beine bekommen.» Trotzdem: Spass hat Angela Fallegger auch bei den Wettkämpfen jede Menge.

Gleitschirm fliegt sie weiterhin

Auch andere Sportarten betreibt sie aus diesen Gründen. So hilft es ihr beispielsweise, zu reiten. Für das Becken ist die Bewegung auf dem Pferd beinahe identisch mit jener des Laufens. Ihre Leidenschaft führt sie aber auch aufs Wasser.

Auf dem Bauch liegend kann sie Wakeboard fahren. Auch fährt sie wie vor dem Unfall weiterhin Velo. Natürlich nicht mehr im klassischen Sinne, aber mit einem Liegevelo. Auch die Luft und Höhe liebt sie immer noch. Nach dem Unfall war für sie klar: Sie wird wieder am Tandem Gleitschirm über die Bergkanten fliegen.

Für Angela Fallegger ist ihr Leben nach dem Unfall also kein Grund zur Traurigkeit. Im Gegenteil. Sie hat viel Neues gelernt. Auch arbeiten kann sie weiterhin mit einem 40-Prozent-Pensum, inzwischen berät und betreut sie für die Paraplegiker-Vereinigung Leute im Rollstuhl. «Das Leben ist auch so machbar. Man muss den Kampf nur annehmen und das Beste daraus machen. Glücklicherweise zu sein, ist nur eine Einstellungssache, ob mit oder ohne Handicap.»

Hinweis

Im Podcast «Passionsfrucht» spricht Angela Fallegger detailliert über ihren Unfall und wie sie Sport macht. Die Qualifikation für den Finaldurchgang an der Kletter-WM findet für Angela Fallegger am 8. August statt, der Eintritt ist frei. Der Podcast ist auch bei Spotify und Apple Podcast zu finden.



Passionsfrucht
Podcast