

Kantonsspital Baselland

genau für Sie

MEDICAL PARTNER DES BALLETT THEATER BASEL

HÖCHSTLEISTUNGEN AUF ZEHENSPITZEN

Für das Publikum ein ästhetischer Genuss – für die Tänzerinnen und Tänzer eine sportliche Höchstleistung. Ballett fordert den Körper der Künstlerinnen und Künstler stark. Deshalb arbeitet das Kantonsspital Baselland (KSBL) als Medical Partner gemeinsam mit dem Ballett Theater Basel an einem Präventionskonzept.

Klassisches Ballett wie Schwanensee, Nussknacker oder Romeo und Julia sind nach wie vor beliebte Ballettstücke, welche das Publikum dahinschmelzen lassen. Was auf der Bühne so elegant aussieht, ist mit harter Arbeit, Kraft und enormer Körperspannung verbunden. Balletttänzerinnen

und -tänzer müssen jeden Tag stundenlange harte Trainings absolvieren, bei den Vorstellungen ihr Bestes geben und ihren Körper bis aufs Äusserste fordern. Die Belastungen, die dabei auf die Gelenke, Muskeln und Bänder einwirken, können Schäden hinterlassen. «Tanzen ist die Verbindung von Sport

und Kunst – wobei die Kunst bis anhin immer im Vordergrund stand. Man hatte ignoriert, dass die Tänzerinnen und Tänzer neben Künstlern auch Spitzensportler sind, mit einem Körper, der stark gefordert wird», sagt Tommaso Pennacchio, der seit 2012 als Physiotherapeut für die Basler Tanz Compagnie arbeitet. Deshalb fließen zunehmend die neuesten Erkenntnisse innovativer Sportwissenschaft in die Welt des Balletts ein. Einer, der dies bereits vor 22 Jahren erkannt hat, ist Richard Wherlock, Direktor und Chefchoreograph des Ballett Theater Basel. Viele Jahre stand er selber als Tänzer auf der Bühne und weiss aus eigener Erfahrung um die körperlichen Auswirkungen des professionellen Tanzens. Ihm ist es zu verdanken, dass die Compagnie bereits seit 20 Jahren einen eigenen Physiotherapeuten beschäftigt. «Die Tanzwelt hat nicht nur Behandlungsbedarf, wenn die körperlichen Probleme schon da sind, sondern auch ein grosses Bedürfnis nach Prävention, welche ja allgemein ein grundlegendes Element für die Gesundheit ist», so Pennacchio.

Gegenseitige Stärken nutzen

Seit 2020 arbeiten das KSBL und das Ballett Theater Basel zusammen an der Weiterentwicklung des von Richard Wherlock entwickelten Präventionskonzepts. Für

Das Präventionskonzept geht auf einzelne Stärken und Schwächen der Künstler/-innen ein. Dr. med. Julian Röhm und Physiotherapeut Patrik Bürgin vom KSBL schauen bei den Übungen genau hin.



Foto: zVg

Was auf der Bühne so elegant aussieht, ist mit harter Arbeit, Kraft und enormer Körperspannung verbunden.



Foto: zVg/Ingo Hoehn

Ballett Theater Basel

Das Ballett Theater Basel steht für modernen klassischen Tanz und zählt in Europa zur Spitzenklasse. Die Tänzerinnen und Tänzer beherrschen das klassische Ballettvokabular ebenso wie moderne Tanzsprachen und verbinden höchstes tänzerisches Niveau mit virtuoser Dynamik und spielfreudiger Ausdrucksfähigkeit. Getanzt werden Arbeiten von international renommierten Gastchoreografinnen und -choreografen. Dazu kommen Stücke von Richard Wherlock selbst, der seit 2001 die Compagnie leitet. Er verlässt mit Ende der laufenden Spielzeit 22/23 das Ballett Theater Basel.

www.theater-basel.ch/ballett

die Ausarbeitung des Konzepts wurde ein Dreier-Team gebildet, bestehend aus dem leitenden Physiotherapeuten am KSBL, Patrik Bürgin, dem verantwortlichen Sportorthopäden, Dr. Julian Röhm, und Tommaso Pennacchio. In dieser Zusammenarbeit liege der Schlüssel zum Erfolg, betont er. «Wir vergleichen, wir reden, wir suchen gemeinsam nach Lösungen. Und wenn wir etwas Neues lernen, geben wir es weiter.» Am Anfang der Zusammenarbeit zwischen dem KSBL und dem Ballett Theater Basel stand die Ausarbeitung eines Screenings. «Dazu haben wir Fachleute von internationalen professionellen Tanzschulen um Rat gefragt. Im Herbst 2022 konnten dann erstmals 28

Tänzerinnen und Tänzer die vollständige Testbatterie an einem Tag absolvieren», so Bürgin. Das Konzept beinhaltet zehn verschiedene Tests, welche speziell für die Basler Ballett-Company erarbeitet wurden. Dabei werden die Stärken und Schwächen

der einzelnen Tänzerinnen und Tänzer erfasst und individuelle Übungen entwickelt, um den individuellen Defiziten gezielt entgegenzuwirken. Nach sieben bis acht Monaten wird der Test wiederholt und wissenschaftlich ausgewertet. «Es war für mich von grösster Wichtigkeit, dieses Konzept nach wissenschaftlichen Kriterien einzuführen», so Pennacchio.

«Die Tanzwelt hat nicht nur Behandlungsbedarf, wenn die körperlichen Probleme schon da sind, sondern auch ein grosses Bedürfnis nach Prävention.»

Tommaso Pennacchio, Physiotherapeut für die Basler Tanz Compagnie

Prävention ist besser als heilen

Mit diesem Präventionskonzept liegt das Theater Basel im Trend, denn die internationale Tanzwelt hat begonnen, existierende Sport-Präventionskonzepte zu integrieren. «Im professionellen Tanz kommt es immer wieder zu Verletzungen und zu Überlastungs-

schäden. Das Ballett Theater Basel setzt bereits seit längerem stark auf Prävention. Durch die Zusammenarbeit können aber beide Seiten voneinander profitieren», bringt es Patrik Bürgin auf den Punkt. Indem mit Hilfe dieses Konzepts und der Tests De-

fizite in Kraft, Beweglichkeit und Koordination der Tänzerinnen und Tänzer erkannt werden, können diese mit einem individuell abgestimmten Trainingsprogramm gezielt verringert werden. «Wir möchten auch, dass die Tänzerinnen und Tänzer sich umsorgt fühlen. Seelische Balance und körperliche Gesundheit gehen Hand in Hand», betont Pennacchio, der sich der Effekte der Psyche auf die körperliche Verfassung sehr wohl bewusst ist. Dieser wichtige Schritt wurde in Basel sowohl von der Theaterdirektion als auch von den Tänzerinnen und Tänzern mit Begeisterung angenommen.

Kantonsspital Baselland

www.ksbl.ch/sportorthopaedie