



ARAG *Blickpunkt Sport*

Düsseldorf, 24.03.2009

2,7 Gramm Zelluloid Tischtennis attraktiver Spitzen- und Breitensport

Gut, besser, Boll! - So titelten nach dem vergangenen Wochenende die Zeitungen. Timo Boll hatte mit seinen Erfolgen bei den German Open im Einzel und Doppel die Sportart Tischtennis mal wieder ganz nach oben in die Schlagzeilen gerückt. Im doppelt positiven Sinn, denn der Sport mit dem nur 2,7 Gramm leichten Zelluloid-Ball ist nicht nur populärer und attraktiver Hochleistungssport, sondern auch beliebter und gesundheitsfördernder Breitensport.

Tischtennis – ideal im Hobbykeller und im Verein

Tischtennis wird sowohl in der Freizeit zu Hause in Garten, Garage oder Hobbykeller als auch national und international im Verband organisiert gespielt. Dem Deutschen Tischtennisbund (DTTB) gehören fast 10.000 Vereine mit rund 670.000 Mitgliedern an. Damit zählt das im 19. Jahrhundert in England erfundene Spiel zu den zehn beliebtesten Vereinssportarten Deutschlands. Die Gründe dafür sind vielfältig. Zum einen sind die Kosten für die Ausstattung bei Einsteigern und Profis recht überschaubar, zum anderen sind die Grundbegriffe leicht erlernbar – man kann also ohne große Vorbereitung schnell loslegen. Der gesundheitliche Nutzen des Sports wird dabei von niemandem ernsthaft in Frage gestellt; im Hinblick auf die zunehmende Zahl von Herz-Kreislauf-Erkrankungen weisen ARAG Experten darauf hin, dass regelmäßiger Sport eine wichtige Maßnahme ist, um solchen Krankheiten vorzubeugen. Ein weiterer Pluspunkt: Tischtennis ist erwiesenermaßen eine seniorentaugliche Sportart und trägt wesentlich dazu bei, im höheren Alter fit zu sein. Auch hinsichtlich sozialer Aspekte übernimmt der Sport im Verein eine immer bedeutendere Rolle. Bei sportlicher Betätigung in der Gruppe können Eigenschaften, wie z. B. Toleranz, Integrationsfähigkeit und Kommunikationsfähigkeit erworben werden, deren Entwicklung im täglichen Umgang miteinander nicht genügend Beachtung findet..

Timo Boll – der Ausnahmespieler

Nicht nur als Breitensport kann Tischtennis punkten. Die erste Bundesliga bietet attraktiven Spitzensport und besitzt weltweit die höchste Konzentration an Top-100-Spielern. Aushängeschild und Vorzeigethlet des DTTB ist Timo Boll. Alle Titel aufzuzählen, die sich der Topspin-Spezialist bis heute sicherte, ist schier unmöglich. Er ist mehrfacher Europa- und Vize-Weltmeister. Bei den

**ARAG Allgemeine
Rechtsschutz-
Versicherungs-AG**
ARAG Platz 1
40472 Düsseldorf

**Brigitta Mehring
Konzernkommunikation
Fachpresse / Kunden PR**

Telefon: 02 11/9 63-25 60
Fax: 02 11/9 63-20 25
E-Mail: brigitta.mehring@arag.de
Internet: <http://www.arag.de>

Aufsichtsratsvorsitzender:
Gerd Peskes
Vorstand:
Dr. Paul-Otto Faßbender (Vors.),
Dr. Jan-Peter Horst,
Dr. Johannes Kathan,
Werner Nicoll,
Hanno Petersen
Sitz und Registergericht:
Düsseldorf, HRB 1371
UST-ID-Nr.: DE 119 355 995

Olympischen Spielen in Peking errang er die Silbermedaille mit der Mannschaft. In der Bundesliga spielt der gebürtige Hesse seit 2007 für den Rekordmeister Borussia Düsseldorf in unmittelbarer Nähe zu seinem Hauptsponsor, der ARAG. Das bietet ihm optimale Trainingsbedingungen am neuen, hochmodernen Tischtennis-Leistungszentrum. Die Unterstützung der ARAG sei enorm wichtig für ihn, betont Timo Boll. Was er an diesem Partnership so schätze, sei der aufrichtige, enge Kontakt. Das kann auch sein Teamkollege und Doppelpartner Christian Süß bestätigen, der seinerzeit sogar eine Berufsausbildung beim Düsseldorfer Versicherungskonzern absolvierte. Die ARAG unterstützt aber nicht nur die Spitzensportler sondern kooperiert als Sportversicherer auch eng mit dem Deutschen Tischtennisbund. Die im DTTB organisierten Vereine leben vom Engagement ihrer Mitglieder, sportlich und organisatorisch. Damit diese – falls mal was passiert – nicht auch noch die finanziellen Folgen tragen müssen, sichern die Landessportbünde und -sportverbände ihre Vereine mit Gruppenverträgen über Europas größten Sportversicherer ab.

Weitere Informationen: www.borussia-duesseldorf.com und www.timo-boll.de

Augencheck – nicht nur für Profis

Kaum zu glauben, aber wenn der 2,7 Gramm schwere Zelluloid-Ball mit rund 150 Stundenkilometern auf Timo Boll zufliegt, ist der kleine schwarze Werbeaufdruck seine wichtigste Orientierungshilfe. „Daran erkenne ich, was für einen Spin der Ball hat“, sagt Boll. Der Trick mit dem Werbeaufdruck wäre für den 27-Jährigen aber wertlos ohne eine besondere Fähigkeit: Bolls hervorragende Sehleistung. Dies fand Dr. Gernot Jendrusch, Deutschlands führender Experte für Sehen im Sport, vom Lehrstuhl für Sportmedizin und Sporternährung der Ruhr-Universität Bochum bei den Augenuntersuchungen heraus, die er gemeinsam mit dem Institut für Augenoptik Aalen und mit Unterstützung der ARAG durchführt. Bolls Bewegungssehen ist besser als das aller anderen deutschen Tischtennis-Profis. Damit dies so bleibt und bei einer Abnahme seiner Sehleistung ggf. schnell und richtig eingegriffen werden kann, werden mit allen Tischtennis-Nationalspielern regelmäßig gründliche „Augenchecks“ durchgeführt. Die Tischtennis-Profis gehen also – auch was das Thema „Gutes Sehen beim Sport“ angeht – mit gutem Beispiel voran. Auch für Breitensportler ist gutes Sehen eine wesentliche Voraussetzung für sicheres und erfolgreiches Sport treiben. Darum raten ARAG Experten auch Hobbysportlern zu regelmäßigen Untersuchungen ihrer Sehleistung; das optimiert die Leistungsfähigkeit besonders in schnellen Sportarten wie Tischtennis und senkt das Verletzungsrisiko.

Weitere Informationen: www.sehenimsport.de

Überschaubares Verletzungsrisiko

Auch wenn Tischtennis mit einem gewissen, wenn auch sehr geringen, Verletzungsrisiko verbunden ist, zeigen gerade Untersuchungsergebnisse aus einem gemeinsamen Forschungsprojekt des Lehrstuhls für Sportmedizin der Ruhr-Universität Bochum und der ARAG, dass gerade beim Tischtennis der gesundheitliche und soziale Nutzen die durch Sportverletzungen verursachten Kosten um ein Vielfaches übertreffen. Nur etwas mehr

als ein Prozent aller Sportverletzungen bei Männern gehen auf Unfälle beim Tischtennis zurück; bei den Frauen ist der Prozentsatz sogar noch geringer. Nach Auskunft von David Schulz, Leiter der Auswertungsstelle für Sportunfälle der ARAG, sind die häufigsten Verletzungen Bänderrisse und Zerrungen im Bereich der Sprunggelenke und Unterschenkel. Hier ist vor allem der mit 16 Prozent aller Verletzungen relativ hohe Anteil von Achillessehnenrissen zu erwähnen. Andere schwere Verletzungen wie etwa Bänderrisse im Kniegelenk kommen bei dieser Sportart jedoch so gut wie gar nicht vor.

Weitere Informationen: www.arag-sport.de und www.sicherheitimsport.de

Bei Rückfragen steht David Schulz, Leiter der Auswertungsstelle für Sportunfälle der ARAG Allgemeinen Versicherungs AG, zur Verfügung (schulz@sicherheitimsport.de).

Europas größter Sportversicherer

Die ARAG ist mit knapp 22 Millionen versicherten Breiten- und Spitzensportlern Europas größter Sportversicherer. Neben Freizeitsportlern, die über ihren jeweiligen Landessportbund bei der ARAG versichert sind, genießen auch alle Leistungssportler, die von der Stiftung Deutsche Sporthilfe gefördert werden, den umfangreichen Versicherungsschutz der ARAG. Außerdem sind die über 300.000 Wintersportler der Freunde des Skisports e.V. im Deutschen Skiverband versichert. Seit über 25 Jahren leistet der Sportversicherer Nummer 1 darüber hinaus einen wichtigen Beitrag zur Erforschung und Prävention von Sportunfällen und -verletzungen. Dabei arbeitet die ARAG eng mit dem Lehrstuhl für Sportmedizin und Sporternährung der Ruhr-Universität Bochum zusammen und ist außerdem Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Sicherheit im Sport (ASiS).

Der **ARAG Konzern** ist der international anerkannte unabhängige Partner für Recht und Schutz. Die ARAG ist das größte Familienunternehmen in der deutschen Assekuranz. Mit mehr als 3.300 Mitarbeitern erwirtschaftet der Konzern ein Umsatz- und Beitragsvolumen von knapp 1,4 Milliarden €. Außerhalb Deutschlands ist die ARAG in weiteren zwölf europäischen Ländern und den USA für ihre Kunden aktiv. Auf dem US-amerikanischen Rechtsschutzmarkt nimmt die ARAG heute eine Spitzenposition ein. Darüber hinaus ist der Konzern in Spanien und Italien mit seinen Rechtsschutzprodukten Marktführer.