



Tanzen gehört wieder zu meinem Leben

Nach einem schweren Bühnenunfall besann sich der Profitänzer Edwin Jäger auf seine Fertigkeiten als gelernter Schreiner. Er machte aus der Not eine Tugend und erfand den Salsero® Gesundheitsstuhl mit der patentierten Kugelsitztechnik, um hiermit seine unfallbedingten chronischen Rückenschmerzen in den Griff zu bekommen. Heute ist der Salsero® Gesundheitsstuhl ein von vielen Privatpersonen und Therapeuten geschätztes Sitzmöbel und Trainingsgerät, das Spaß am rückengerechten Sitzen bringt und durch die auf einer Kugel gelagerte, flexible Sitzfläche die Bandscheiben entlastet und die Rückenmuskulatur trainiert.

„Tanzen ist mein Leben“ – dies war das Lebensmotto von Edwin Jäger, ehemaliger Profitänzer mit Erfolgen auf vielen großen Bühnen wie beispielsweise der Seebühne der „Bregenzer Festspiele“, dem Bremer Theater oder dem Theater am Gärtnerplatz in München. Ein schwerer Bühnenunfall im August 2005 während der Vorstellung der Oper „Troubadour“ in Bregenz sorgte für ein jähes Ende seiner Tanzkarriere. Bei einer choreographierten Kampfszene stürzte Jäger rückwärts ohne die Möglichkeit, sich abstützen zu können, etwa zwei Meter tief. Mit voller Wucht prallte er mit seinem ungeschützten Lendenwirbelbereich direkt auf ein Eisengitterrost. Ein schwerer Bandscheibenvorfall im unteren Bereich der Lendenwirbelsäule war die niederschmetternde Diagnose der Ärzte. Jäger konnte kaum laufen, hatte keine Kraft mehr im linken Bein, es war praktisch lahm. Dazu kamen ausgeprägte starke Rückenschmerzen. Eine Bandscheiben-Operation in einer orthopädischen Spezialklinik in München war unumgänglich. Doch der Erfolg hatte nur kurzen Bestand. Narbengewebe, das sich gebildet hatte, drückte nur wenige Wochen nach der Operation auf den Nerv. Starke, beinahe unerträgliche Schmerzen wurden sein täglicher Begleiter. Es begann eine

medizinische Odysee, die schlussendlich in dem Vorschlag der Ärzte mündete, die Wirbelsäule zu versteifen. Dieses ist eine Maßnahme, die nur dann ergriffen wird, wenn keine andere Möglichkeit mehr gesehen wird und die Schmerzen so unerträglich sind, dass sie die Lebensqualität des Patienten drastisch beeinträchtigen. Doch dieser Vorschlag war für Jäger absolut untragbar, woraufhin er sich auf eigene Verantwortung aus dem Krankenhaus entlassen ließ. Sich so abrupt von seiner Tanzkarriere zu verabschieden war für Jäger schon eine große und schwere Herausforderung, aber er war davon überzeugt, dass es noch einen anderen Weg als diesen geben musste.

Der Lichtblick

Durch den Kontakt zur TaMed, der weltweit größten nationalen Organisation für Tanzmedizin, konnte Jäger Hoffnung schöpfen. Die 1997 gegründete TaMed hat sich zum Ziel gesetzt, die Gesundheit von Tänzerinnen und Tänzern zu erhalten und zu fördern. Sie erforscht die Ursachen von etwaigen Verletzungen und erstellt entsprechende Therapierichtlinien. Zudem sollen Verletzungen nach neuesten tanzmedizinischen Erkenntnissen therapiert werden, indem Tänzern eine optimale Rehabilitation gewährt wird. Frau Dr. Elisabeth Exner-Grave, Fachärztin für Orthopädie und spezialisiert auf Tanzmedizin ist eines der Gründungsmitglieder von TaMed. Sie war zu dieser Zeit Abteilungsärztin für Leistungsdiagnostik in der Reha Klinik Bad Sassendorf. Mit ihrer Hilfe und Fürsprache bekam Jäger dort einen Platz für einen sechswöchigen Therapie-Aufenthalt. Kaum in der Lage, ein paar Schritte zu gehen, ergriff Jäger diese Chance. Nach der Bandscheiben-Operation und zu Beginn der Reha war es besonders wichtig, das verletzte Bandscheibenfach mit den darunter und darüber liegenden Wirbelkörpern zu stabilisieren. Hierzu mussten die Skelettmuskelgruppen der Rückenmuskulatur, die sogenannten „multifidi“, gekräftigt werden.

Durch spezielle Übungen wird diese autochthone Rückenmuskulatur als wichtigster Teil des aktiven Bewegungsapparates des Rückens angesprochen. Balance- und Gleichgewichtsübungen waren hierfür am besten geeignet. Stück für Stück erarbeitete sich Jäger mehr Beweglichkeit und mehr Schmerzfreiheit. Durch Autogenes Training konnte er sich zudem körperliche und geistige Entspannungszustände schaffen und das Schmerzgedächtnis des eigenen Körpers nach und nach löschen.

Die Idee

Inspiziert durch die Übungshinweise seiner Physiotherapeuten und den persönlichen Sitzerfahrungen nach der Bandscheibenoperation entwickelte Edwin Jäger die Idee eines eigenen Sitzmöbels, um endlich auch wieder längere Zeit schmerzfrei sitzen zu können. Dies war die Geburtsstunde des Salsero® Gesundheitsstuhls. Den Rückenschmerz und die Nerven ausstrahlung ins Bein konnte Jäger deutlich verringern, wenn er sich beim Sitzen bewegen konnte. Den Bewegungsansatz konnte Jäger mit Hilfe seiner mittlerweile in mehreren Ländern patentierten Sitztechnik im Salsero® Gesundheitsstuhl abbilden. Jäger experimentierte anfangs mit

verschiedenen Modellen und unterschiedlichen Materialien. Der Clou der Sitztechnik ist die flexible Sitzfläche des Stuhls. Das erste Modell war ein Stuhl, dessen Sitzfläche auf zwei Kugeln gelagert war. Hier war allerdings die Bewegungsmöglichkeit der Sitzfläche noch nicht perfekt. Nach und nach kam Jäger der idealen Lösung immer näher. Heute ist die Sitzfläche mittels zweier spezieller Lagerschalen frei auf einer Kugel gelagert und ermöglicht eine dreidimensionale Bewegungsfreiheit. Das heißt, die Sitzfläche kann nahezu reibungslos gedreht, gekippt und zudem nach allen Seiten verschoben werden. Dies ist für ein Sitzmöbel einzigartig. Kleinste Bewegungsimpulse werden durch die wirbelsäulennahe, voll bewegliche Konstruktion auf die Sitzfläche übertragen. Die flexible Sitzfläche des Salsero® regt den Sitzenden darüber hinaus zu einem bewegten und dynamischen Sitzen an. Ganz automatisch fängt der Sitzende auf dem Salsero® an, das Becken aktiv zu kreisen oder zu kippen. Das Sitzen wird zum Salsa-Tanz. So mobilisiert er fast von alleine im Sitzen seine Wirbelsäule und kräftigt dabei seine Haltemuskulatur. Durch den ständigen Prozess des Ausbalancierens der Sitzposition wird zudem die wichtige, tiefer liegende Rückenmuskulatur aktiviert. Ein weiterer positiver Nebeneffekt: aktives Sitzen wirkt sich auf die Konzentrationsfähigkeit und somit auf die Leistungsfähigkeit aus. So ist der Salsero® ein Trainingsgerät und Sitzmöbel zugleich.

Mit dem Salsero® gewann Edwin Jäger wieder erheblich an Lebensqualität, sodass er heute praktisch schmerzfrei ist. Er ist froh darüber, dass er mit seiner Beharrlichkeit und der Überzeugung für alternative Therapiemöglichkeiten der schweren Wirbelsäulenoperation entkommen ist. Seine persönlichen Therapie-Erfahrungen gibt er seitdem aber nicht nur über den Vertrieb des Salsero® Gesundheitsstuhls weiter. Heute ist der ehemalige Profitänzer unter anderem als Rückenschullehrer für die AOK tätig. Er unterrichtet zudem in weiteren Kursen zum Beispiel Autogenes Training, sanfte Rückenschule oder Blitzentspannung. Auch das Tanzen hat für ihn wieder eine Bedeutung gewonnen. Jäger unterrichtet vor allem Jazz-, Stepp- und Salsa-Tanz und ist zeitweise auch erneut am Theater tätig, allerdings nicht mehr als reiner Tänzer. In diesem Jahr konnte man Edwin Jäger im Festspielchor der Bregenzer Festspiele in der Oper „André Chenièr“ erleben. Tanzen gehört wieder zu seinem Leben.

Zur Person

Edwin Jäger, geboren am 20. Oktober 1964 in Rot an der Rot wuchs in einer ländlichen und bodenständigen Umgebung auf. Schon von klein auf hatte Jäger eine enge Verbindung zu Holz, denn seine Familie war seit drei Generationen im Zimmermannshandwerk tätig. Zwei Seelen schlugen in seiner Brust, denn genauso wie der Umgang mit dem Werkstoff Holz machte ihm auch der Tanz schon in frühen Jahren große Freude. So tanzte er als Jugendlicher in Rock'n Roll Formationen und machte Jazz-, Modern- und Steptanz. Getragen von der Notwendigkeit einer soliden Ausbildung beendete Jäger 1984 erfolgreich seine Schreinerlehre. Das Tanzen betrieb er nebenher als Hobby. Doch Tanzen wurde zunehmend wichtiger für ihn. Auf Drängen seines

Ballettlehrers begann Jäger 1991 nach erfolgreicher Audition die Berufsausbildung zum Bühnentänzer an der Iwanson Dance School München, eine der besten Ausbildungsstätten für modernen Bühnentanz in Europa. Parallel dazu machte er hier auch die Ausbildung zum Tanzpädagogen.

Eine Fülle von Engagements in den Bereichen Oper, Schauspiel, Tanz und Musicals führte Jäger auf viele große Bühnen. Nach seinem Unfall musste er die Karriere als Profitänzer aufgeben und schuf sich mit der Ausbildung zum Rückenschullehrer ein neues berufliches Standbein. Seit Januar 2009 ist er bei der AOK Ulm-Biberach tätig. Neben dem Kursleiter für Autogenes Training erwarb Jäger nebenher noch die Kurleiterscheine für Nordic Walking, Flexi-Bar, XCO Training und AOK Blitzentspannung. Als Bewegungsfachkraft unterrichtet Jäger mittlerweile eine Vielzahl von Kursen.

Das Unternehmen

Der Salsero® Gesundheitsstuhl wird von der im Jahr 2009 gegründeten Salsero Mobilität & Design GmbH mit Sitz in Rot an der Rot produziert und vertrieben. Erfinder und Unternehmensgründer Edwin Jäger - Schreiner, Bühnentänzer, Tanzpädagoger und Rückenschullehrer in einer Person - entwickelte das patentierte Prinzip dieser Sitztechnik zur Mobilisierung und Stärkung der autochthonen Rückenmuskulatur. Der Salsero® Gesundheitsstuhl ist in verschiedenen Modellformen und Ausführungsvarianten erhältlich. Er wird sowohl als Therapiegerät sowie auch als Sitzmöbel im Büro und im häuslichen Bereich eingesetzt.

Kontakt:

Salsero Mobilität & Design GmbH
Edwin Jäger
Emishalden 1
D - 88430 Rot an der Rot
Tel.: +49-(0)7568 / 960 60
E-mail: info@salsero-gesundheitsstuhl.de
Web: www.salsero-gesundheitsstuhl.de

Pressekontakt und Fotoanfragen:

Konzept-G GmbH
Susanne Brock
Frankfurter Ring 193a
D - 80807 München
Telefon: + 49 – (0)89 322088-11
Telefax: + 49 – (0)89 322088-14
E-Mail: muc@konzept-g.eu
Web: www.konzept-g.de