



**BUNTE**

live

mit Frank Elstner:  
Montag, 3.4.,  
18 Uhr, Sat.1

**DIE FAMILIE** gibt ihm Kraft: Frank Elstner mit Ehefrau Britta und Tochter Lena im Garten seines Anwesens in Baden-Baden

**TV-LEGENDE** Vor sieben Jahren erhielt der Showmaster die Schock-Diagnose. In BUNTE erzählt er, wie er mittlerweile mit der unheilbaren Krankheit lebt

VON M. HEIDEMANN

**E**r sagt der Krankheit weiterhin den Kampf an. Seit Neuestem sogar mit Box-Handschuhen! Es ist der 4. April 2016, der das Leben von **Frank Elstner**, 80, verändert. Um 15.30 Uhr erhält er in der Praxis des Neurologen **Dr. Nikolaus Bernsdorff** die Diagnose. Seiner Familie überbringt er den Befund danach mit den Worten: „Scheiße, ich habe Parkinson.“

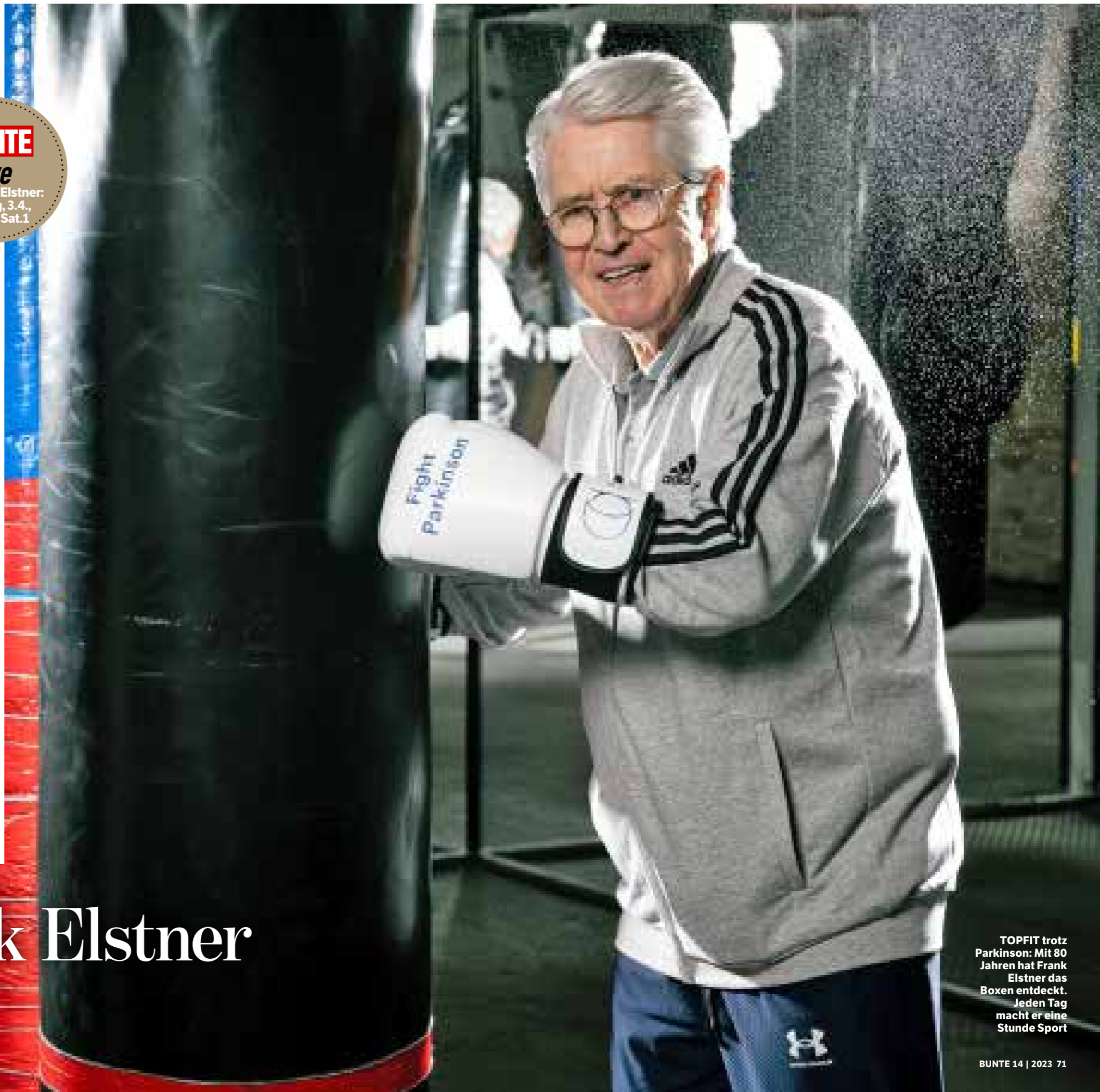
Sieben Jahre danach steht die TV-Legende („Wetten, dass..?“) im Sportstudio „Stahlwerk“ in Baden-Baden, zieht sich Box-Handschuhe über, drischt auf einen Sandsack ein – und sagt BUNTE: „Ich boxe gegen einen Gegner mit dem Namen Parkinson. Ich sage der Krankheit mit jedem Schlag: Mach langsam – und schreite nicht so schnell voran.“

Sportwissenschaftler **André Inthorn**, der seit Jahren eng mit Frank Elstner zusammenarbeitet, hat das spezielle Sportprogramm für Deutschlands prominentesten Parkinson-Patienten entwickelt.

„Die Wissenschaft nennt es *propriozeptives Boxen*“, erklärt Inthorn. „Das Training beinhaltet boxerische Grundlagen kombiniert mit einem speziellen koordinativen und neuroathletischen Training. Diese Kombination aus motorischem und kognitivem Training hat gerade bei Parkinson positive Effekte. Zusammen mit dem Physiotherapeuten **Marc Hohmann** stellen wir das Programm nun auch allen betroffenen Patienten als mehrwöchige Intensivtherapie im Medical Center in

**„ MIT JEDEM SCHLAG SAGE ICH DER KRANKHEIT: MACH LANGSAM, SCHREITE NICHT SO SCHNELL VORAN “**

Baden-Baden zur Verfügung.“ Dreimal in der Woche zieht Frank Elstner mittlerweile die Box-Handschuhe an. Das Training zeigt Wirkung: „Meine kleinen Muskis, die ich mit 80 noch habe, sind doppelt ▶



# Hier **BOXT** Frank Elstner gegen Parkinson

**TOPFIT** trotz Parkinson: Mit 80 Jahren hat Frank Elstner das Boxen entdeckt. Jeden Tag macht er eine Stunde Sport



**TRAINING**  
Frank Elstner mit  
Sportwissenschaftler  
André Inthorn (l.)  
und Physiotherapeut  
Marc Hohmann

„ICH GEHE ALS BETTLER DURCH DIE LANDE UND SAGE: LEUTE, SPENDET! UNTERSTÜTZT DIE **FORSCHUNG** ZU PARKINSON“

– auch wenn man sie leider noch nicht besiegen kann.“ Frank Elstner jedenfalls tut alles, um das zu ändern und die Forschung zu unterstützen. Inzwischen ist er Mitglied im Stiftungsrat der Parkinson Stiftung. „Ich gehe als Bettler durch die Lande und sage: Leute, spendet! Unterstützt die Grundlagenforschung zu Parkinson. Dann kommen wir vielleicht weiter und die Krankheit kann irgendwann besiegt werden.“

Er will alles über die Krankheit wissen, die sein Leben verändert hat: „Ich bin Journalist und die Neugierde zur Krankheit Parkinson hat mich seit der Diagnose gepackt. Ich habe recherchiert und Hunderte Gespräche mit Ärzten, Forschern und Patienten geführt.“ Mit dem Neurologen Professor **Dr. Jens Volkmann** schrieb Elstner ein Buch über Parkinson. Titel: „Dann zitter ich halt.“

Mit seinen 80 Jahren hat die TV-Legende noch ein großes Ziel: „Ich trete bei den Tischtennis German Open für Parkinson-Patienten vom 18. bis 21. Mai in Düsseldorf an. Ich trainiere dreimal die Woche – und bin schon angemeldet.“ Eine prima Werbung für sein großes Projekt!

## Mit 80 zur Tischtennis-Meisterschaft

► so groß geworden. Für Parkinson-Patienten ist diese Art von Boxen besonders geeignet, weil dabei der Geist, das zentrale Nervensystem, die Konzentration und die Aufmerksamkeit gestärkt und gefördert werden. Studien

belegen sogar einen psychologischen Effekt, durch eine Steigerung des Selbstwertgefühls. Alle Ärzte, mit denen ich gesprochen habe, sagen: Wenn man viel Sport treibt, wird die Entwicklung dieser Krankheit beeinträchtigt

### Small Talk AUS FEINSTEN KREISEN

## Harte Strafe für Raser

Der Schweizer Staat hütet seine Staatsbürgerschaft wie Goldreserven – schon kleine Verfehlungen gefährden das Privileg, Eidgenosse zu werden. **Michel Reybier**, Franzose und einer der wichtigsten Hoteliers der Schweiz, hatte 2018 einen Antrag auf Einbürgerung gestellt, nachdem er schon seit 1978 im Land

lebt. Der Unternehmer, dem neben Luxus-hotels wie dem „Victoria-Jungfrau“ in Interlaken und dem „La Réserve Eden au Lac“ in Zürich auch Privatkliniken und das Weingut Cos d'Estournel im Bordeaux gehören, hatte den Einbürgerungstest bestanden. Der Schweizer Pass schien in greifbarer Nähe zu sein, als die Behörden das Verfahren plötzlich stoppten: Der 78-Jährige war zu schnell durch eine Baustelle in Genf gefahren. Die Staatsanwaltschaft verurteilte Reybier zu einer Geldstrafe und zur Probe-



Abgeblitzt: Edel-Hotelier Michel Reybier

zeit von zwei Jahren. Wer so einen Eintrag im Strafregister bekommt, gilt in der Schweiz als „nicht erfolgreich integriert“. Also lehnte das Staatssekretariat für Migration die Einbürgerung des Selfmade-Millionärs ab, auch seine Klage scheiterte vor Gericht. Reybier, der Elefanten als ein Symbol für „Robustheit, Ruhe, Sicherheit, Langlebigkeit“ liebt, kann nun erneut Einbürgerung beantragen, wenn er die Probezeit bestanden hat. Ob er das dann will? Elefanten, das weiß man, vergessen nie!



VON  
KATRIN  
SACHSE

FOTOS: STEPHAN PICK/BUNTE, LAIF, FRANK ZAURITZ