

## Pressemitteilung

09. Mai 2019

Hilde-Ulrichs-Stiftung  
für Parkinsonforschung  
Postfach 70 04 32  
60554 Frankfurt am Main

Stiftungsbüro Tel: 069 67 77 80 21  
www.parkinsonweb.com  
hilde-ulrichs-stiftung@parkinsonweb.com

### „Mit Parkinson über die Pyrenäen nach Perpignan“ Das „3P-Projekt“ sammelt Gelder für die Parkinsonforschung



Was macht ein aktiver Rentner, der zwar seit 5 Jahren die Diagnose Morbus Parkinson hat, aber partout nicht von den sportlichen Aktivitäten lassen will, die ihn schon seit seiner Jugend begleiten? Die Antwort liegt auf der Hand: Er bleibt einfach am Ball! So hält es auch Axel Kuba, 67 Jahre alt, ein Typ immer aktiv und in Bewegung.

Sportlich hat er schon so einiges ausprobiert: Er war Langstreckenläufer und mehrfacher Teilnehmer beim Weser-Marathon mit einem Seekajak. Aber letztlich findet Axel Kuba immer wieder zurück zu seiner großen Leidenschaft, dem sportlichen Fahrradfahren. Die Alpen hat er bereits auf verschiedenen Touren bezwungen, und erst vor zwei Jahren brach er zu einer Radtour auf, die ihn von Wolfsburg nach Genf führte. Pässe und Höhenmeter machen ihm keine Angst.

Am 1. September soll es soweit sein: Dann startet Axel sein 3P-Projekt: „Mit Parkinson über die Pyrenäen nach Perpignan“ - seine bis dato größte Herausforderung. Seit Beginn des Jahres bereitet er sich körperlich auf die intensiven Etappen in den Pyrenäen vor. „Mein Ziel ist, diese Anstrengung mit einem Gewinn und einem Nutzen für andere Menschen, deren Ressourcen eingeschränkt sind, zu verbinden: Ich möchte Mut machen und sammle Spenden für eine Stiftung, die mich motiviert, in Bewegung zu bleiben – die Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung“ bekräftigt Axel Kuba.

Da trifft es sich gut, dass die Hilde-Ulrichs-Stiftung aktivierende Therapien und Trainings fördert, damit Betroffene über die sportlichen Aktivitäten zum Beispiel ein neues Verhältnis zu ihrer Erkrankung entwickeln – und Personen in ihren Reihen hat, die beispielhaft dafür stehen oder aber an diesen Konzepten mit den Erkrankten arbeiten. Axel Kuba wird während seines Spezialtrainings begleitet von Dr. Mareike Schwed, Kuratoriumsmitglied der Hilde-Ulrichs-Stiftung, die sich als Sportwissenschaftlerin seit mehr als zehn Jahren mit dem Thema Sport und Training bei Parkinson befasst: „Axel arbeitet kontinuierlich an seiner Grundlagenausdauer“, hat Schwed beobachtet. „Monatlich besprechen wir seine Trainingsfortschritte und passen die Intensität und Dauer mittels Streckenwahl an.“ Bald wird Axel Kuba die ersten Touren in den Harz unternehmen. Sein Hausarzt hat die Belastbarkeit untersucht und ein befreundeter Kardiologe wird für das Vorhaben die Herzfunktionen des Radsportlers testen und grünes Licht geben. „Auf die äußere wie innere Haltung kommt es an“, unterstreicht Mareike Schwed: „Wichtig ist deshalb auch, dass sich Axels Motivation nicht zu einem disziplinierten Durchkämpfen wandelt. Denn die Tour bietet einen schönen Trainingsrahmen für die Parkinsonerkrankung; ein Durchbeißen, also Disstress würde sich ungünstig auf die Parkinson'sche Erkrankung auswirken“. Axel Kuba nimmt sich vor, die Hinweise zu beachten: „Immer cool bleiben!“ betont er - und lacht.



## HILDE-ULRICHS-STIFTUNG FÜR PARKINSONFORSCHUNG

Das Vorhaben und die Motivation von Axel Kuba treffen sich aufs Beste mit den Zielen der Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung. Seit ihrer Gründung 1997 hat sie viel bewirkt – vor allem, wenn man bedenkt, dass sie als kleine private Stiftung begrenzte finanzielle Möglichkeiten hat und sich nicht auf den Ertrag eines millionenschweren Stiftungskapitals stützen kann. All ihre Aktivitäten, von der Projektförderung bis zur Vergabe des Stiftungspreises, sind ausschließlich spendenfinanziert und werden von jenen, die sich unmittelbar und konkret für die Stiftung engagieren, ehrenamtlich geleistet und begleitet.

„Das Einwerben von Spenden gleich welcher Höhe ist daher von existenzieller Bedeutung“, sagt Vorstandsvorsitzende Stephanie Heinze, die sich im vergangenen Jahr mit Wegpatenschaften für den Jakobsweg ein vergleichbares Projekt vorgenommen und erfolgreich für sich und die Stiftung umgesetzt hatte.

„Die Stiftung freut sich deshalb immer über Benefizaktionen Dritter wie die von Axel Kuba, der sämtliche durch seine Wegpatenschaften eingenommenen Spenden der Hilde-Ulrichs-Stiftung zur Verfügung stellt“, danken Vorstand und Kuratorium der Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung Axel Kuba. Gelungene Beispiele gibt es viele; vergleichbare etwa die Benefizradtour von Hannover nach Istanbul im Jahr 2015 oder eine Nordic-Walking-Benefizwanderung von Flensburg nach Garmisch-Partenkirchen 2016.

Die Hilde-Ulrichs-Stiftung wünscht Axel Kuba jedenfalls viel Erfolg bei seiner Tour!

### **Spendenkonto:**

Bank für Sozialwirtschaft

Kennwort: 3P-Projekt Axel Kuba

IBAN: DE79 5502 0500 0001 5494 00

BIC: BFSWDE33MNZ

Email: [hilde-ulrichs-stiftung@parkinsonweb.com](mailto:hilde-ulrichs-stiftung@parkinsonweb.com)

<http://www.parkinsonweb.com>

<http://www.das-3P-projekt.de>