

# Heilsames Trommeln

Sportmediziner staunen über die **Fitness von Schlagzeugspielern** – nun wollen sie Krankheiten mit der Perkussion therapieren

Wenn Jazz-Schlagzeuger mit Drumsticks und Besen die Becken streicheln und zugleich ihre Trommelbatterie zum Schwingen bringen, vollbringen sie kognitive Höchstleistungen. Zu diesem Ergebnis kommt der Sportwissenschaftler Peter Wright von der TU Chemnitz, der in einer Studie 15 Schlagzeuger während der Arbeit untersuchte. „Rock-Drummer sind dagegen vermutlich wahre Spitzensportler, die Belastung ähnelt der von Fußballspielern“, vergleicht Wright.

**Auf die Idee, die Fitness der Musiker zu testen**, kamen Chemnitzer Sportwissenschaftler durch eine Studie englischer Kollegen an Rock-Schlagzeugern. Die Chemnitzer untersuchten Drummer – vom Musiklehrer bis zum Heavy-Metal-Virtuosen. „Wir haben eine Atemgasanalyse gemacht, die Laktatwerte, den Puls und die Konzentrationsfähigkeit gemessen“, erzählt Forscher Wright. Obwohl die endgültigen Ergebnisse der Studie noch nicht vorliegen, zeige sich, dass die Belastung der Künstler stark vom Musikstil abhängt. Jazz-Trommler oder Perkussionisten der klassischen Musik bearbeiten ihre Instrumente in äußerst komplexer Weise. Wenn Hände und Füße jeweils völlig verschiedene Rhythmen schlagen, „ist das kognitiv sehr anspruchsvoll, mehr als bei

den meisten anderen Instrumenten“, vergleicht Wright. „Sie sind wahre Meister in Koordination und Konzentration.“

Zwar kommen Jazzer und Klassik-Schlagzeuger auch ins Schwitzen, doch die Schwerstarbeit eines Rock- oder Heavy-Metal-Drummers stellt weit höhere Anforderungen an Herz und Kreislauf. „Sie gehen körperlich an ihre Grenzen“, weiß Wright. So erreichte das Herz des Blondie-Schlagzeugers Clem Burke bei Messungen eine medizinisch bedenkliche Pulsfrequenz von über 190 Schlägen pro Minute. Wright rät den Hardcore-Perkussionisten deshalb dringend, ihre Fitness mit Ausdauersport zu stählen, um den Belastungen auf der Bühne gewachsen zu sein.

Die Erkenntnisse aus ihren Studien wollen die Chemnitzer Sportwissenschaftler nun therapeutisch umsetzen: Die physischen und mentalen Herausforderungen des Schlagzeugspielens eigneten sich zur Behandlung von Kindern mit ADHS und von Personen mit Depressionen, Parkinson oder Übergewicht, meint Wright. Es ist also nur eine Frage der Zeit, bis sich Abspeckwillige fragen: „Gehen wir joggen oder trommeln?“ ■

MARTIN KUNZ



## Spezielle Testpersonen

Sportmediziner untersuchen Björn Stang, den Schlagzeuger der Chemnitzer Robert-Schumann-Philharmonie