ORTHOPÄDIE/UNFALLCHIRURGIE 01.05.2012

Polo, eine gefährliche Sportart?

Geschichte

Polo wurde vor 2.700 Jahren in Persien erstmals beschrieben. Polo galt als wichtiger Gradmesser für politische Vorherrschaft. Minister- und Militärposten wurden nicht selten beim Polo „erspielt". Sobald die sportliche Leistung beim Polo nachließ, wurde der jeweilige Beamte wieder degradiert.
Das moderne Polo nahm seinen Anfang in Indien am Hofe des Maharadschas von Manipur. 1862 folgte die Gründung des Calcutta Poloclubs, heute der älteste Club der Welt. Von dessen Mitgliedern wurden auch die 23 Spielregeln erstmals offiziell festgelegt. Durch englische Kavallerie-Offiziere die in Indien stationiert waren, gelangte Polo im 19. Jahrhundert nach Europa.

Das erste Spiel in Deutschland fand 1896 in Hamburg statt. Dort wurde zwei Jahre später auch der erste deutsche Poloverein gegründet. Mittlerweile gibt es in Deutschland 25 Poloclubs mit etwa 300 aktiven Mitgliedern

Der sportliche Höhepunkt sind die Palermo Open in Buenos Aires/Argentinien, wo jedes Jahr im November die besten Spieler der Welt aufeinander treffen. Olympische Disziplin war Polo bei den Spielen 1900, 1908, 1920,1924 und 1936 in Berlin.

Regeln

Polo ist ein Mannschaftssport, bei dem die auf Pferden reitenden vier Spieler pro Team einen sieben bis acht Zentimeter großen, 130 Gramm schweren Ball mit einem langen Holzschläger in das gegnerische Tor schlagen müssen. Jeder Spieler braucht im Wettkampf mehrere Pferde zum Wechseln, um die Belastung für die Tiere erträglich zu gestalten.

Das Spielfeld ist 300 Yards (ca. 270 Meter) lang und 200 Yards (ca. 180 m) breit, das Tor ist 8 Yards (ca. 7,20 m) breit Polo kann auf Rasen, Sand und schneebedecktem Grund gespielt werden.

Gespielt wird mit zwei Mannschaften zu je vier Spielern, daneben gibt es zwei berittene Schiedsrichter auf dem Feld und einen Oberschiedsrichter am Spielfeldrand. Das Spiel ist in vier Zeitabschnitte (Chukka) eingeteilt, die jeweils 7,5 Minuten lang sind. Nach einem Foul wir die Zeit angehalten.

Die Pausen zwischen den Chukka betragen fünf Minuten und die Zuschauer werden zum “Tritt-In” auf das Spielfeld gebeten, um die ausgeworfenen Rasenstücke wieder einzutreten. Die Spielrichtung wechselt nach jedem Tor, um einseitige Vorteile beispielsweise durch den Sonnenstand oder ein eventuelles Geländegefälle zu verhindern.

Ein Polopferd darf niemals in zwei Chukkas hintereinander geritten werden.

Es kommt also in einem Spiel höchstens zweimal zum Einsatz, wobei ein Polospieler meist drei bis vier Pferde am Platz hat und die individuellen Fähigkeiten seiner Ponys spielstrategisch einsetzt. Während des Spiels werden Geschwindigkeiten bis 60 km/h erreicht.

Ähnlich wie beim Golf wird jedem Polo-Spieler ein Handicap zugeteilt.

Es basiert auf seinen bisherigen Leistungen und reicht von – 2 (= Anfänger) bis zu (recht seltenen) + 10. Die beiden besten deutschen Spieler liegen bei einem Handycap von +4 und +5. Wenn nun in einem Spiel zwei Mannschaften mit unterschiedlichen Team-Handicaps gegeneinander antreten, so wird nach einem bestimmten Schlüssel eine Torvorgabe für das Team mit dem niedrigeren Handicap berechnet. Die Torvorgabe wird vor dem Spielbeginn bekannt gegeben und ist auf der Anzeigetafel ersichtlich. Als Beispiel würde in einem Spiel FC Barcelona gegen St. Pauli vor dem Anpfiff St. Pauli bereits mit fünf Treffern führen.

Spielklassen

Abhängig vom Können (also dem Team-Handicap) der teilnehmenden Mannschaften unterscheidet man zwischen:

LOW GOAL (Team-Handicap -2 bis +2 bzw. 0 bis +4),
MEDIUM GOAL (Team-Handicap zwischen +2 bis +6 bzw. +4 bis +8)
HIGH GOAL (Team-Handicap ab +8 bzw. +10).

Anforderungen an die Spieler

Aufgrund der Kombination aus Reiten und einer Schlag-Sportart ist die Beanspruchung der Spieler besonders hoch. Das Training ohne Pferd zielt deshalb auch auf die Kräftigung der oberen Extremität, um ausreichende Schlagkraft zu gewährleisten sowie Verletzungen der Schultergürtelmuskulatur zu minimieren. Wichtig sind Ausdauer, Kraft und mentale Fitness, da Polo auch eine der schnellsten Sportarten ist.

Verletzungen

Die Untersuchung [1] vom Carlos Ottolenghi Institute of Orthopaedics, Italian Hospital of Buenos Aires, zeigt übersichtlich die Verletzungsarten und -Häufigkeit im Spielgeschehen. In der Studie wurden 34 professionelle Polospieler in der Saison 1996 in Argentinien untersucht, insgesamt wurden 64 Verletzungen dokumentiert, wovon zehn leicht,13 mittelschwer und 41 schwer waren:

25 (39 %) Verletzungen betrafen die obere Extremität,

20 (31 %) die untere Extremität,
12 (19 %) Schädel-Hirn Verletzungen,
4 (6 %) Gesichtsverletzungen,
3 (5 %) Wirbelsäulenverletzungen.

Die durchnittliche Verletzungsrate wurde mit 7,8/1000 Spielstunden angegeben. Handball zum Vergleich hat eine Verletzungsrate von 11,2/1000 Spielstunden. Ist Handball nun gefährlicher als Polo zu spielen. Sicherlich nicht, da die Verletzungen im Polo meist sehr gravierend sind.

Von den 64 dokumentierten Verletzungen waren in der Saison 1996 41 schwere Verletzungen. Die Untersuchung des amerikanischen Poloverbandes [2] zeigte vergleichbare Zahlen. Pro hundert Spielminuten war es notwendig, wegen einer schweren Verletzung einen Arzt aufzusuchen.

Die Empfehlung der Untersuchung 1996 war für ausreichenden Schutz des Kopfes zu sorgen. Weiterhin sollte bei jedem Spiel ein Notfallmediziner vor Ort sein.

Fallbeispiele

- 28-jährige Spielerin LWK II und III Fraktur nach Sturz vom Pferd. Therapie: konservative Therapie im Dreipunkt Korsett für 12 Wochen (Abb. 5)

Abb. 5

- 36-jähriger Spieler mit Unterarmfraktur nach Zusammenprall mit Gegenspieler, Therapie: Plattenosteosynthese (Abb. 6)

Abb. 6

- 56-jähriger Spieler mit Trimalleolarer Luxationsfraktur. Therapie: komplexe Rekonstruktion mit Platten- und Schraubenosteosynthesen sowie Drahtcerclagen. (Abb. 7)

Abb. 7

Ich hoffe Ihr Interesse für diesen schönen und spannenden Sport geweckt zu haben.

Falls sie mal ein Turnier besuchen wollen, empfehle ich die Internetseite des deutschen Poloverbandes, dort finden Sie u.a. eine Übersicht der Veranstaltungen und vieles mehr.

Literatur

[1] Injuries to polo riders: a prospective evaluation. M Costa-Paz, L Aponte-Tinao and DL Muscolo. Br J Sports Med 1999; 33: 329-332

[2] Unites States Polo Association: Polo injury survey Low/ Medium Goal Injury; www.us-polo-org

Deutscher Poloverband, Veranstaltungen und mehr...

↗ Anzeigen

Dahmen A. Polo, eine gefährliche Sportart? Passion Chirurgie. 2012 Mai; 2(05): Artikel 02_02.