Video «Sport mit Körperbehinderungen»

Szene 1:
Nora Meister steigt aus dem Rollstuhl, der neben dem Schwimmbecken im Freibad steht. Sie geht zur Mauer mit den Startblocks und steigt hoch. Da sie ihre Knie nicht beugen kann, schwingt sie die Beine beim Gehen und Hochsteigen etwas aussen herum, damit die Füsse nicht am Boden hängen bleiben. Aussage dazu: «Ich schwimme nicht der Gesundheit wegen, sondern weil es mir wirklich Spass macht. Aber ja, es hat einen positiven Nebeneffekt.»
Sie springt mit gestreckten Beinen vom Startblock ins Wasser.
Szene 2:
Logo Stiftung «Denk an mich»
Szene 3:
Nora Meister, Para-Schwimmerin sitzt im Rollstuhl am Beckenrand und erzählt: «Ich bin Nora Meister, 19 Jahre alt und momentan Studentin an der Alten Kanti in Aarau. Mein bisher grösster Erfolg war die Bronzemedaille in Tokyo 2021.»
Szene 4:
Nora fährt mit dem Rollstuhl zum Eingang des Freibads.
Szene 5:
Nora sitzt wieder im Rollstuhl am Beckenrand: «AMC (Arthrogryposis multiplex congenita) ist angeboren, bei mir ist es zufällig entstanden.»
Szene 6:
Nora nimmt zu Fuss Schwimmmaterial aus einem Raum und setzt sich dann wieder in den Rollstuhl. Sie fährt mit dem Material zurück zum Becken.
«Es handelt sich um eine Versteifung der Gelenke. Bei mir sind vor allem die Knie- und Fussgelenke betroffen, und in geringerem Masse auch die Hände. Das bedeutet für mich, dass ich beim Training alles mit dem Oberkörper mache, also mit den Armen und dem Rumpf. Die Beine ziehe ich einfach hinterher.»
Szene 7:
Nora springt von der Mauer mit den Startblocks ins Wasser und schwimmt los.
Szene 8:
Nora steigt wieder aus dem Wasser aus. Sie sitzt am Beckenrand und schwingt die gestreckten Beine aus dem Wasser. Anschliessend setzt sie sich mit ein paar Schritten wieder in den Rollstuhl.
Szene 9:
Nora sitzt im Rollstuhl und erzählt: «Ich trainiere bis zu achtmal die Woche im Wasser, dazu noch zweimal Gym plus Physiotherapie.
Szene 10:
Dirk Thölking, Trainer von Nora Meister, steht am Beckenrand und sagt: «Nora ist eine sehr ehrgeizige Schwimmerin, die sehr zielorientiert und fokussiert ist und die man häufig eher bremsen muss als antreiben. Sie ist wirklich eine sehr, sehr fleissige Sportlerin, mit der es auch Spass macht, zusammenzuarbeiten.»
Im Hintergrund sieht man wie Nora die Schwimmbrille anzieht und wie sie Längen schwimmt. Bei der Rollwende sind die Beine gestreckt.
Szene 11:
Nora steht im Wasser am Beckenrand, die Arme verschränkt auf dem Rand aufliegend. «Schwimmen ist eine riesengrosse Leidenschaft von mir. Es ist die Sportart an sich, die mir sehr gefällt, und ich liebe es, im Wasser zu sein und dahinzugleiten. Dieser Sport gibt mir aber noch ganz viel mehr. Durch ihn lerne ich z.B. tolle Leute kennen und hatte unglaubliche Erlebnisse wie die Paralympics in Tokyo, das war einfach der Wahnsinn. Wenn ich für längere Zeit nicht schwimmen

kann, dann vermisse ich es sehr. Meine Laune ist dann schlechter als sonst, das sagt auch meine Familie. Wie sehr es mir gefehlt hat und wie sehr ich es vermisst habe, merke ich vor allem dann, wenn ich wieder zurück im Wasser bin. Es ist definitiv besser, wenn ich im Wasser sein kann.»
Im Hintergrund sieht man eine Slow-Motion-Aufnahme von Nora beim Schwimmen. Anschliessend sitzt sie im Rollstuhl, richtet ihre Brille und steigt wieder auf den Beckenrand und schwimmt los.
Szene 12:
Es folgen einige Aufnahmen von Nora beim Startsprung und beim Schwimmen.
Szene 13:
Schlussbild mit dem PluSport-Logo