

## GOLF

# Durchkneten vor dem Abschlag

## Massagen können vor Verletzungen beim Golfspiel schützen

Von **Andreas John**

**G**olfspieler sind auch Sportler. Und aus diesem Grund anfällig für Muskelzerrungen und Verspannungen aller Art. Vor dem Gang zum Abschlag ist es daher notwendig, die Muskeln aufzuwärmen. „Inbesondere im Lenden- und Nackenbereich treten bei Golfen Verspannungen auf“, sagt Martina Sulyma. Sie bietet zusammen mit ihrem Mann seit ein paar Wochen den inselweit ersten Massage-Service für Golfer an. Auf der Anlage Maioris bei Lluçmajor haben die beiden seit 2001 auf der Insel lebenden Exil-Münchener ihren Stützpunkt. Ihr spezielles Angebot für Hobby-Golfer: 20-minütiges Warm-Kneten vor dem Spiel plus 40-minütige Après-Massage. Zum Einsatz kommen dabei mit frischen Kräutern veredelte Öle, die je nach Wunsch eine belebende oder beruhigende Wirkung haben.

Die Massagen vor dem Abschlag seien keineswegs als Luxus zu verstehen. „Jeder Golf-Pro wird vor und nach dem Spiel von einem Masseur behandelt. Nur dadurch lassen sich Verspannungen und Zerrungen der Muskeln vermeiden“, sagt Andreas Sulyma. Erst vor kurzem mussten



■ **Massage am Loch 4: Martina und Andreas Sulyma auf dem Golfplatz Maioris.** FOTO: JOHN

die beiden einen Hobbygolfer in Maioris behandeln, der am zweiten Loch fast zusammengebrochen war. „Der Mann hatte sich beim Schwungholen den Rücken verrenkt und konnte kaum noch gehen“, so Martina Sulyma. Nach einer 20-minütigen Behandlung im Massageraum konnte

der Golfer das Spiel nicht nur fortsetzen, sondern den Vierer-Flight sogar noch für sich entscheiden.

Und der Preis? „Eine Minute Massage kostet einen Euro“, sagt Martina Sulyma. Eine 25-minütige Kopf- und Nackenmassage schlägt mit 25 Euro zu Buche. Die beiden ausgebildeten

Sportmasseur bieten ihren Service übrigens inselweit an. „Wir kommen zum Durchkneten auch nach Hause, ins Hotel oder auf andere Plätze“, so Andreas Sulyma.

Weitere Info: „Movil Masaje Mallorca“, Tel.: 627-06 82 46 oder im Internet unter [www.masaje24.com](http://www.masaje24.com).