

ARD PresseArchiv

Artikel-Zusammenstellung

- Express vom 27.12.2025, Seite 3 3
Silke sitzt im Rollstuhl und steht im Handstand / Das bewegende Comeback einer gelähmten Artistin
- Rheinische Post (RP) vom 31.12.2025, Seite 8 4
Stehen im Handstand, sitzen im Rollstuhl / Ein Trapezsturz hatte alles verändert. Doch die querschnittsgelähmte Artistin Silke Pan ist dorthin zurückgekehrt, wo sie sich ganz fühlt: in die Manege.
- Westfalen-Blatt (WB) vom 27.12.2025 5
Nach Trapez-Unfall: Gelähmte Artistin zurück in der Manege / Nach Trapez-Unfall: Gelähmte Artistin zurück in der Manege
- Kölnische Rundschau (KR) vom 24.12.2025, Seite 21 6
"Ich konnte nicht mal einen Purzelbaum" / Nach Sturz vom Trapez querschnittsgelähmt: Wie es Artistin Silke Pan trotzdem zurück in die Manege schaffte
- Welt online vom 21.12.2025 7
Sie sitzt im Rollstuhl - aber steht im Handstand / Panorama / Ein Trapezsturz hatte alles verändert. Doch die querschnittsgelähmte Artistin Silke Pan ist dorthin zurückgekehrt, wo sie sich ganz fühlt: in die Manege. Die Geschichte einer Wiedergeburt.

Artistin mit Querschnittslähmung: Silke Pan im Flic Flac / Dortmund. 18 Jahre nach ihrem Unfall ist Silke Pan wieder zurück. Im Zirkus Flic Flac. Mit reiner Körperkraft und unbändigem Willen zeigt sie: Solange man lebt, geht der Weg weiter.

Das bewegende Comeback einer gelähmten Artistin

Silke sitzt im Rollstuhl und steht im Handstand

Silke Pan steht bei ihrem Auftritt in der Manege auf einer Hand. Links ihr Ehemann Didier Dvorak

Ein Trapezsturz hatte alles verändert. Doch die querschnittsgelähmte Artistin Silke Pan ist dorthin zurückgekehrt, wo sie sich ganz fühlt: in die Manege.

Es wirkt mühelos, wie Silke Pan ihren zierlichen Körper in den Handstand hebt. Doch an das, was die Akrobatin mitten in der Manege vorführt, hatte lange niemand glauben mögen - viele Jahre auch sie selbst nicht: Seit einem Trapezunfall 2007 ist Pan vom Bauchnabel abwärts gelähmt. Inzwischen ist sie zurück im Rampenlicht der Zirkusscheinwerfer.

Hartes Training und Willensstärke hätten die Rückkehr möglich gemacht, berichtet die 52-Jährige hinter den Kulissen des Zirkus Flic Flac. Sie ist Teil der Weihnachtsshow, die bis 11. Januar in Dortmund zu sehen ist.

„Ich trage immer einen halben toten Körper mit mir“

Neben den vielen jungen und unversehrten Körpern, die unter der Kuppel des schwarzen Zirkuszelted durch die Luft wirbeln, ist Pans Darbietung ein fast schon stiller, aber nicht minder atemraubender Kontrast: Im Rollstuhl fährt sie auf die Bühne, wird von ihrem Mann auf ein Podest gehoben, fixiert ihre Füße an einer Stange - und lässt Sekunden später vergessen, dass sie ihren Unterkörper nicht kontrollieren kann.

Auf den Händen balancierend wiegt sie Hüfte und Beine hin und her. Die Kraft dazu kommt allein aus der Taille und den Schultern. Sie schraubt sich mit Hilfe mehrerer Klötze auf den Handstandstützen höher und höher. Die Beine, die sie nicht kontrollieren kann, sind dabei eine zusätzliche Last: „Ich trage eigentlich immer einen halben toten Körper mit mir.“

Das Publikum an diesem Abend bedenkt ihren enormen Kraft- und Balanceakt mit tosendem Applaus. Manchmal glauben die Menschen an eine Täuschung, berichtet Pan: „Wenn sie mir dann nach der Show begegnen höre ich oft „Ach, sie sitzen ja wirklich im Rollstuhl“.“

Tatsächlich hatte die Schweizerin bereits eine 13-jährige Karriere als Profi-Artistin hinter sich, bevor sie beim Training mit ihrem Mann - dem ebenfalls gelernten Akrobaten Didier Dvorak - vor etwa 18 Jahren aus drei Metern Höhe vom Trapez abstürzte. An den Unfall selbst erinnert sie sich nicht, wohl aber an die schwere Zeit danach: Sieben Monate verbrachte sie im Krankenhaus,

„da hatte ich viel Zeit zum Nachdenken.“

Es sind große Fragen, die sich die Artistin stellen muss: „Wer bin ich eigentlich noch? Jahrelange hatte ich für mein Können auf meinen Körper gesetzt. Das war alles verloren.“ Zunächst muss sie lernen, überhaupt im Rollstuhl sitzen zu können: „Ich habe jetzt wieder eine gute Rumpfstabilität, aber wenn man mich antippt und ich mich nicht festhalte, kippe ich nach vorn.“

Dabei habe sie auch nach dem Unfall immer eine große Liebe für die Artistik gehabt: Doch damals scheitern ihre Versuche, an die Vergangenheit anzuknüpfen: „Ich konnte nicht mal einen Purzelbaum“, sagt sie.

Sie glaubt, mit dem Zirkus abgeschlossen zu haben, wendet sich dem Parasport zu, der ihr eine zweite Karriere als Profisportlerin beschert: Als Handbike-Fahrerin ist sie international erfolgreich, wird Europameisterin, Vize-Weltmeisterin und stellt den Weltrekord im Handbike-Marathon auf. Doch rückblickend auf diese Zeit sagt sie heute: „Das war eine Art Trostpflaster.“

Wiedergeburt in der Corona-Zeit

Als 2020 in der Corona-Zeit alle Rennen ausfielen, kam der Wunsch auf, es noch einmal mit einem Handstand zu versuchen. Die Idee ihres Mannes ein Snowboard an ihren Unterkörper zu binden, um ihn zu versteifen, hilft schließlich, dass das Unglaubliche im ersten Versuch klappt: „Er hat mich in die Senkrechte gestellt und ich habe anfangen, mich auf und ab zu drücken. Es war, als ob mein Körper diese alten Bewegungen noch erinnern konnte.“

Auch Dvorak wird den neuen Wendepunkt ihres Lebens nie ver-

gessen: „Wir haben beide geweint. Es war als habe sich ein riesiges Tor geöffnet“, sagt er. Er ahnte, was sie spürte. „Da ist ein riesiges Potenzial, da ist irgendetwas, das ich entwickeln kann“, erinnert Pan sich an ihre Gedanken in diesem Moment.

Es beginnt, was sie ihre Wiedergeburt nennt: Zunächst seien das nur kleine Erfolge für sie selbst gewesen, doch auf einen Facebook-Post, mit dem sie ihren Stolz über die ersten selbstständigen Handstände teilen will, meldet sich der Direktor eines kleinen Schweizer Zirkus und bietet ihr Auftrittsmöglichkeiten an.

Viele in ihrem Umfeld halten sie für verrückt: „Mein Sportverein hat überhaupt nicht an meine Vision geglaubt. Die wollten mich nicht verlieren, haben mich gedrängt, ich solle mich lieber auf die Paralympischen Spiele vorbereiten“, sagt sie und verdreht die Augen. „Aber das Handbike hat mich nur noch gelangweilt.“

Um Sponsoren und die Teammitglieder der Schweizer Nationalmannschaft nicht vor den Kopf zu stoßen, trainiert sie zunächst monatelang parallel, tritt dann aber im September 2021 als Leistungssportlerin zurück. Seither arbeitet sie wieder voll in ihrem neuen, alten Beruf als Artistin.

Manege lässt sie wieder komplett werden

Auf ihr erstes Engagement folgen weitere, darunter mehrfach beim italienischen Tournee-Zirkus Gravity sowie bei Roncalli. Heute wisse sie genau, dass sie in der Welt des Zirkus viel mehr beheimatet sei, als in der Welt des Wettbewerbs, sagt sie. „Ich habe den Sport geliebt, aber es war nicht meine Leidenschaft.“

Die Manege lasse sie wieder komplett werden, sagt sie. „Ich empfinde meinen Körper jetzt wie einen ganzen Körper. Erst jetzt gehören die Beine absolut zu mir. Ich muss sie wahrnehmen, um einen Handstand stehen zu können.“



Silke Pan wärmt sich vor ihrem Auftritt in der Manege neben ihrem Rollstuhl auf.

SMILE OPTIC

alle Brillen - ein Preis

Alle Brillen 149,-

Alle Gleitsichtbrillen 249,-

2. Brille Einstärken 129,- Gleitsicht 229,-

3. Brille Einstärken 99,- Gleitsicht 199,-

4. Brille Einstärken 99,- Gleitsicht 199,-

EINFACH ALLES INKLUSIVE

ARMANI Ray-Ban CONVERSE strellson RODENSTOCK Levi's

Premium Markengläser aus NRW Nachhaltige Fertigung in der Smile Manufaktur Internationale Markenbrillen gilt für das komplette Sortiment

SMILE OPTIC

alle Brillen - ein Preis

jetzt 43x in NRW

www.smileoptic.de

50126 Bergheim 50667 Köln-City 50677 Köln-Südstadt 50733 Köln-Nippes 50823 Köln-Ehrenfeld 50931 Köln-Lindenthal 51065 Köln-Mülheim 51069 Köln-Dellbrück 51143 Köln-Porz 53111 Bonn 53757 Sankt Augustin 53773 Hennef 53840 Troisdorf

INTRO Kölner Straße 16 Tel. 02271/9883881 QUINCY Breite Straße 80-90 Tel. 0221/42079390 Bonner Straße 12 Tel. 0221/20190270 Neusser Straße 229 Tel. 0221/16791630 Venloer Straße 330 Tel. 0221/48531060 Dürener Straße 225 Tel. 0221/80068777 Galene Wiener Platz Tel. 0221/96978585 Delbrücker Hauptstraße 94 Tel. 0221/29720928 Friedrich-Ebert-Platz 3 Tel. 02203/3591327 Poststraße 34 Tel. 0228/61997735 HUMA Rathausallee 16 Tel. 02241/9118510 Frankfurter Straße 96 Tel. 02242/8735703 Troisdorf-Galerie Tel. 02241/9730295

Smile Optic gehört zur Optik Jahn GmbH Vonder-Wettern-Straße 3 51149 Köln

RHEU-C

A8 Panorama

RHEINISCHE POST
MITTWOCH, 31. DEZEMBER 2025

VON FLORENTINE DAME

DORTMUND (dpa) Es wirkt mühelos, wie Silke Pan ihren zierlichen Körper in den Handstand hebt. Doch an das, was die Akrobatin mitten in der Manege vorführt, hatte lange niemand glauben mögen – viele Jahre auch sie selbst nicht: Seit einem Trapezunfall 2007 ist Pan vom Bauchnabel abwärts gelähmt. Inzwischen ist sie zurück im Rampenlicht der Zirkusmanege. Hartes Training und Willensstärke hätten die Rückkehr möglich gemacht, berichtet die 52-Jährige hinter den Kulissen des Zirkus Flic Flac der Deutschen Presse-Agentur. Sie ist Teil der Weihnachtsshow, die bis 11. Januar in Dortmund zu sehen ist.

Neben den vielen jungen und unversehrten Körpern, die unter der Kuppel des schwarzen Zirkuszeltens durch die Luft wirbeln, ist Pans Darbietung ein fast schon stiller, aber nicht minder atemraubender Kontrast: Im Rollstuhl fährt die 52-Jährige auf die Bühne, wird von ihrem Mann auf ein Podest gehoben, fixiert ihre Füße an einer Stange – und lässt Sekunden später vergessen, dass sie ihren Unterkörper nicht kontrollieren kann. Auf den Händen balancierend wiegt sie Hüfte und Beine hin und her. Die Kraft dazu kommt allein aus der Taille und den Schultern. Sie schraubt sich mithilfe mehrerer Klötze auf den Handstandstützen höher und höher. Die Beine, die sie nicht steuern kann, sind dabei eine zusätzliche Last: „Ich trage eigentlich immer einen halben toten Körper mit mir.“ Der Aluminiumstab, der ihre Beine stabilisiert und während der Übungen im Nacken aufliegt, sei auch eine Art Blindenstock, verrät sie: „Er gibt mir einen Hinweis, wo meine Füße gerade sind.“

Das Publikum an diesem Abend belohnt ihren enormen Kraft- und Balanceakt mit tosendem Applaus. Manchmal glaubten die Menschen an eine Täuschung, berichtet Pan: „Wenn sie mir dann nach der Show begegnen, höre ich oft ‚Ach, Sie sitzen ja wirklich im Rollstuhl!‘.“

Tatsächlich hatte die Schweizerin bereits eine 13-jährige Karriere als professionelle Artistin hinter sich, bevor sie beim Training mit ihrem Mann – dem ebenfalls gelernten Akrobaten Didier Dvorak – vor etwa 18 Jahren aus drei Metern Höhe vom Trapez abstürzte. An den Unfall selbst erinnere sie sich nicht, wohl aber an die schwere Zeit danach: Sieben Monate verbrachte sie im Krankenhaus, „da hatte ich viel Zeit zum Nachdenken“, erinnert sich die 52-Jährige.

Es sind große Fragen, die sich die Artistin stellen muss: „Wer bin ich eigentlich noch? Jahrelange hatte ich für mein Können auf meinen Körper gesetzt. Das war alles verloren.“ Zunächst muss sie lernen, überhaupt im Rollstuhl sitzen zu können: „Ich habe jetzt wieder eine gute

Stehen im Handstand, sitzen im Rollstuhl

Ein Trapezsturz hatte alles verändert. Doch die querschnittsgelähmte Artistin Silke Pan ist dorthin zurückgekehrt, wo sie sich ganz fühlt: in die Manege.



Die Akrobatin Silke Pan bei ihrem Auftritt in der Manege mit ihrem Ehemann Didier Dvorak.



Silke Pan ist querschnittsgelähmt und sitzt im Rollstuhl – hier in ihrer Umkleidekabine vor dem Auftritt. FOTOS: CHRISTOPH REICHWEIN/DPA

INFO

Leistungssport führte sie wieder zur Akzeptanz

Selbstliebe Der Leistungssport habe therapeutische Wirkung gehabt, geholfen ihren Körper wieder zu akzeptieren. Während Pan es anfangs nicht ertragen habe, sich selbst im Spiegel zu sehen, lehrten sie die sportlichen Erfolge, was trotzdem in ihr steckt.

Zitat „Mein Körper, der eigentlich so zerstört worden ist, hat trotzdem noch sehr viel Kraft. Ich kann mit ihm etwas erreichen“, sagt Pan.

Die beliebtesten Babynamen sind Sophia und Noah

AHRENSBURG (epd) Sophia und Noah sind nach Recherchen des Namensforschers Knud Bielefeld 2025 die bundesweit beliebtesten Vornamen für Neugeborene. Wie aus den am Dienstag veröffentlichten Daten des Hobbyforschers aus Ahrensburg bei Hamburg hervorgeht, verdrängte die Vorjahreszweite Sophia damit Emilia vom Spitzenplatz, während Noah seinen ersten Platz zum vierten Mal in Folge verteidigte. Auf dem zweiten Platz folgt bei den Mädchen Emma, die 2024 noch auf Platz drei rangierte, und bei den Jungen – wie bereits im Vorjahr – Matteo.

Der beliebteste Mädchen-Vorname von 2024, Emilia, landet laut Bielefelds Recherchen in diesem Jahr auf Platz drei, für männliche Neugeborene war demnach Elias wie schon 2024 der am dritthäufigsten vergeben Vorname. Auf Platz vier kommen Hannah und Theo. Das aktuelle Ranking beruht auf der Datenbank von Bielefeld. Der Hobby-Namensforscher erstellt seit 2005 eine jährliche Statistik und hat für 2025 rund 260.000 Geburtsmeldungen in ganz Deutschland ausgewertet. Dies sind den Angaben zufolge rund 40 Prozent aller in Deutschland geborenen Babys.

Neue Suche nach verschwundener MH370

KUALA LUMPUR (dpa) Mehr als ein Jahrzehnt nach dem Verschwinden des Fluges MH370 der Malaysia Airlines soll eine neue Suche nach dem Wrack starten. Das malaysische Verkehrsministerium hatte Anfang Dezember angekündigt, dass die Spezialfirma Ocean Infinity ihre Arbeit im Indischen Ozean noch vor Jahresende wieder aufnehmen werde. Für die Familien der 239 Opfer könnte es die letzte Chance sein, Antworten auf ihre vielen Fragen zu bekommen. Die Aktion soll mit Unterbrechungen insgesamt 55 Tage laufen und sich auf bestimmte Gebiete konzentrieren.

Beyoncé ist laut „Forbes“ Musik-Milliardärin

BERLIN (dpa) US-Sängerin Beyoncé gehört laut dem Magazin „Forbes“ zu den vermögendsten Musikern der Welt. Die 44-Jährige habe sich 2024 neu erfunden und mit „Cowboy Carter“ ein Countryalbum veröffentlicht, das neue kommerzielle Möglichkeiten eröffnet habe – darunter eine Weihnachts-Halbzeitshow bei der NFL sowie die weltweit umsatzstärkste Konzerttournee des Jahres 2025, hieß es in einem Beitrag des Magazins. All das habe ihr laut „Forbes“ einen weiteren Titel von besonderem Rang eingebracht: den der Milliardärin.



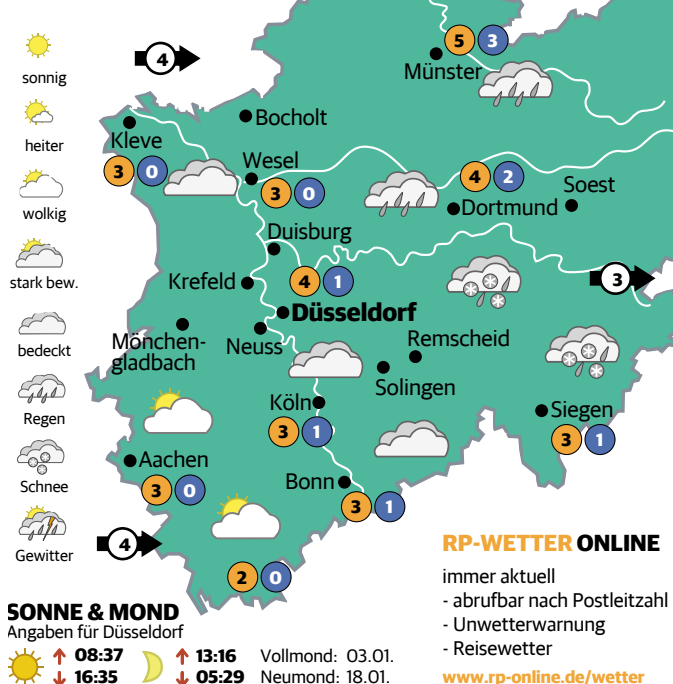
NEU IM SHOP – KALENDER 2026

UNSERE HEIMAT VON OBEN

LIMITIERTE AUFLAGE – JETZT VORBESTELLEN
rp-shop.de/kalender oder einfach den QR-Code scannen



Wetter: Dicht bewölkt, aber größtenteils trocken



NRW Die Wolken überwiegen, und gebietsweise fällt Regen oder Schneeregen. Nach Westen bleibt es häufig trocken mit ein paar Auflockerungen. Bei maximal 2 bis 5 Grad weht der Westwind schwach bis mäßig.

Düsseldorf Die Sonne macht sich bei uns rar. Meist ziehen dichte Wolkenfelder vorüber. Es bleibt aber trotzdem überwiegend trocken. 2 bis 4 Grad werden erreicht. Der Wind weht schwach bis mäßig aus West.

AUSSICHTEN

Donnerstag	Freitag
4 1	4 -2
Samstag	Sonntag
2 -2	1 -4

RP-WETTER ONLINE

immer aktuell
- abrufbar nach Postleitzahl
- Unwetterwarnung
- Reisewetter
www.rp-online.de/wetter

RHEINPEGEL

Quelle: www.eiwiw.de

Konstanz	292	(-1)	Köln	176	(-6)
Mannheim	167	(-3)	Düsseldorf	135	(-6)
Mainz	189	(-6)	Ruhrort	269	(-3)
Bingen	115	(-5)	Wesel	215	(-2)
Koblenz	114	(-3)	Rees	159	(-3)
Bonn	178	(-3)	Emmerich	113	(-3)

BIOWETTER

Wetterfühlige leiden heute häufig unter Kopfschmerzen, bei einer entsprechenden Vorbelastung treten auch Migräneattacken auf.

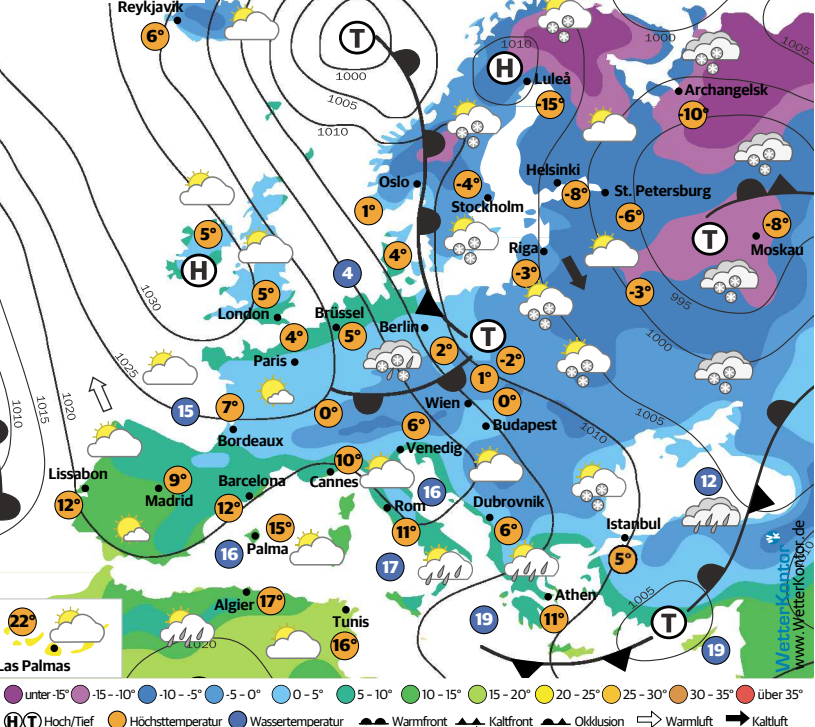
DEUTSCHLAND heute

Flensburg	4°	Regenschauer
Sylt	7°	Regenschauer
Binz/Rügen	3°	Schneeschauer
Hamburg	5°	Sprühregen
Berlin	2°	Schneeregen
Hannover	5°	Schneeregen
Dresden	2°	Schneeregen
Erfurt	2°	Schneeregen
Frankfurt	2°	stark bewölkt
Stuttgart	2°	wolkig
Nürnberg	1°	Schneefall
München	0°	Schneeschauer
Passau	0°	Schneegriesel
Freiburg	2°	wolkig
Konstanz	0°	wolkig
Zugspitze	-14°	wolkig

WELTWETTER heute

Amsterdam	7°	wolkig
Antalya	15°	Regenschauer
Bangkok	34°	wolkig
Johannesburg	27°	Regenschauer
Kairo	20°	wolkig
Las Palmas	22°	wolkig
London	5°	wolkig
Mallorca	15°	wolkig
Miami	18°	sonnig
Moskau	-8°	Schneegriesel
New York	0°	wolkig
Rio de Janeiro	33°	Gewitter
Sydney	25°	Regenschauer
Tokio	12°	wolkig

EUROPAWETTER



Silke Pan (52) hat sich ihr altes Leben zurückgeholt

Nach Trapez-Unfall: Gelähmte Artistin zurück in der Manege

Von Florentine Dame

DORTMUND. Es wirkt mühe-
los, wie Silke Pan ihren zierli-
chen Körper in den Hand-
stand hebt. Doch das, was die
Akrobatin vorführt, hatte
jahrelang niemand für mög-
lich gehalten – auch sie selbst
nicht: Seit einem Trapezun-
fall 2007 ist Pan vom Bauch-
nabel abwärts gelähmt. In-
zwischen ist sie zurück im
Licht der Zirkusscheinwerfer.

Hartes Training und Wil-
lensstärke hätten die Rück-
kehr möglich gemacht, sagt
die 52-Jährige. Sie ist Teil der
Weihnachtsshow beim Cir-
cus Flic Flac, die bis zum 11.
Januar in Dortmund zu se-
hen ist.

Im Rollstuhl fährt die 52-
Jährige auf die Bühne, wird
von ihrem Mann auf ein
Podest gehoben, fixiert ihre
Füße an einer Stange – und
lässt Sekunden später verges-
sen, dass sie ihren Unterkör-
per nicht kontrollieren kann.
Auf den Händen balancie-
rend wiegt sie Hüfte und Bei-
ne hin und her. Die Kraft
kommt allein aus der Taille
und den Schultern. Sie
schraubt sich mit Hilfe mehr-
erer Klötze auf den Hand-
standstützen höher und hö-
her. Die Beine, die sie nicht
kontrollieren kann, sind da-
bei eine zusätzliche Last: „Ich
trage eigentlich immer einen
halben toten Körper mit mir.“

Der Aluminiumstab, der
ihre Beine stabilisiert und
während der Übungen im Na-

cken aufliegt, sei auch eine
Art Blindenstock, verrät sie:
„Er gibt mir einen Hinweis,
wo meine Füße gerade sind.“
Das Publikum an diesem
Abend belohnt ihren enor-
men Kraft- und Balanceakt
mit tosendem Applaus.

Die Schweizerin hatte eine
13-jährige Karriere als Profi-
Artistin hinter sich, als sie
beim Training mit ihrem
Mann, dem Akrobaten Didier
Dvorak, vor 18 Jahren aus
drei Metern vom Trapez ab-
stürzte. An den Unfall erinne-
re sie sich nicht, wohl aber an
die schwere Zeit danach: Sie-
ben Monate verbrachte sie im
Krankenhaus. „Da hatte ich
viel Zeit zum Nachdenken.“
Es waren große Fragen, die
sich die Artistin stellen mus-
ste: „Wer bin ich eigentlich
noch? Jahrelange hatte ich
für mein Können auf meinen
Körper gesetzt. Das war alles
verloren.“

Zunächst musste Pan ler-
nen, im Rollstuhl sitzen zu
können: „Ich habe jetzt wie-
der eine gute Rumpfstabilität,
aber wenn man mich antippt
und ich mich nicht festhalte,
kippe ich nach vorn.“

Sie glaubte, mit dem Zirkus
abgeschlossen zu haben,

wandte sich dem Parasport
zu, der ihr eine zweite Karrie-
re als Profisportlerin be-
schert: Als Handbike-Fahre-
rin war sie international er-
folgreich, wurde Europa-
meisterin, Vize-Weltmeiste-
rin und stellte den Weltrekord
im Handbike-Marathon auf.

Doch rückblickend auf diese
Zeit sagt sie heute: „Das war
eine Art Trostpflaster.“ Aber
der Leistungssport therapeu-
tische Wirkung gehabt, ge-
holfen ihren Körper wieder
zu akzeptieren: Während sie
es anfangs nicht ertragen ha-
be, sich im Spiegel zu sehen,
hätten ihr die sportlichen Er-
folge gezeigt, was trotzdem in
ihr gesteckt habe. „Mein Kör-
per, der so zerstört worden
war, hatte trotzdem noch
sehr viel Kraft. Ich konnte mit
ihm etwas erreichen.“

Als 2020 in der Corona-Zeit
alle Rennen ausfielen, kam

der Wunsch auf, es noch ein-
mal mit einem Handstand zu
versuchen. Die Idee ihres
Mannes, ein Snowboard an
ihren Unterkörper zu binden,
um ihn zu versteifen, half
schließlich, dass das Un-
glaubliche im ersten Versuch
klappt: „Er hat mich in die
Senkrechte gestellt, und ich
habe angefangen, mich auf
und ab zu drücken. Es war, als
ob mein Körper sich an diese
alten Bewegungen noch erin-
nern konnte.“ Auch Dvorak
hat den Wendepunkt ihres
Lebens nie vergessen: „Wir
haben beide geweint. Es war,
als habe sich ein riesiges Tor
geöffnet“, sagt er.

Es begann, was sie heute
ihre Wiedergeburt nennt: Zu-
nächst seien das nur kleine
Erfolge gewesen, doch auf
einen Facebook-Post, mit
dem sie ihren Stolz über die
ersten selbstständigen Hand-

stände teilen wollte, meldete
sich der Direktor eines klei-
nen Schweizer Zirkus und bot
ihr Auftrittsmöglichkeiten
an. Viele in ihrem Umfeld
hielten sie für verrückt:
„Mein Sportverein hat über-
haupt nicht an meine Vision
geglaubt. Die wollten mich
nicht verlieren, haben mich
gedrängt, ich solle mich lie-
ber auf die Paralympischen
Spiele vorbereiten“, sagt sie
und verdreht die Augen.
„Aber das Handbike hat mich
nur noch gelangweilt.“

Um Sponsoren und Team-
mitglieder der Schweizer Na-
tionalmannschaft nicht vor
den Kopf zu stoßen, trainierte
sie monatelang parallel, trat
dann aber im September 2021
als Leistungssportlerin zu-
rück. Seither arbeitet sie wie-
der voll in ihrem neuen, alten
Beruf als Artistin.

Auf ihr erstes Engagement
folgten weitere, darunter
beim italienischen Tournée-
Zirkus Gravity sowie bei Ron-
calli. Heute wisse sie genau,
dass sie in der Welt des Zir-
kusses viel mehr beheimatet
sei als in der Welt des Wettbe-
werbs, sagt sie. „Ich habe den
Sport geliebt, aber es war
nicht meine Leidenschaft.“

Die Manege lasse sie wieder
komplett werden, sagt sie.
„Ich empfinde meinen Kör-
per jetzt wie einen ganzen
Körper. Erst jetzt gehören die
Beine absolut zu mir. Ich
muss sie wahrnehmen, um
einen Handstand stehen zu
können.“

WELT

„Ich konnte nicht mal einen Purzelbaum“

Nach Sturz vom Trapez querschnittsgelähmt: Wie es Artistin Silke Pan trotzdem zurück in die Manege schaffte

VON FLORENTINE DAME

Dortmund. Es wirkt mühelos, wie Silke Pan ihren zierlichen Körper in den Handstand hebt. Doch an das, was die Akrobatin mitten in der Manege vorführt, hatte lange niemand glauben mögen – viele Jahre auch sie selbst nicht: Seit einem Trapezunfall 2007 ist Pan vom Bauchnabel abwärts gelähmt. Inzwischen ist sie zurück im Rampenlicht der Zirkusscheinwerfer.

Hartes Training und Willensstärke hätten die Rückkehr möglich gemacht, berichtet die 52-Jährige hinter den Kulissen des Zirkus Flic Flac. Sie ist Teil der Weihnachtsshow, die bis 11. Januar in Dortmund zu sehen ist.

Neben den vielen jungen und unversehrten Körpern, die unter der Kuppel des schwarzen Zirkuszeltens durch die Luft wirbeln, ist Pans Darbietung ein fast schon stiller, aber nicht minder atemraubender Kontrast: Im Rollstuhl fährt die 52-Jährige auf die Bühne, wird von ihrem Mann auf ein Podest gehoben, fixiert ihre Füße an einer Stange – und lässt Sekunden später vergessen, dass sie ihren Unterkörper nicht kontrollieren kann.

Einige vermuten eine Täuschung

Auf den Händen balancierend wiegt sie Hüfte und Beine hin und her. Die Kraft dazu kommt allein aus der Taille und den Schultern. Sie schraubt sich mit Hilfe mehrerer Klötze auf den Handstandstützen höher und höher. Die Beine, die sie nicht kontrollieren kann, sind dabei eine zusätzliche Last: „Ich trage eigentlich immer einen halben toten Körper mit mir.“

Der Aluminiumstab, der ihre Beine stabilisiert und während der Übungen im Nacken aufliegt, sei auch eine Art Blindenstock, verrät sie: „Er gibt mir einen Hinweis, wo meine Füße gerade sind.“

Das Publikum an diesem Abend bedenkt ihren enormen Kraft- und Balanceakt mit tosendem Applaus. Manchmal glaubten die Menschen



Die querschnittsgelähmte Akrobatin Silke Pan bei ihrem Auftritt in der Manege mit ihrem Ehemann Didier Dvorak. Bei ihrer Darbietung balanciert sie auf Handstandstützen – und steigt immer weiter in die Höhe. Durch die Rückkehr in die Manege hat sie sich auch mit ihrem Körper versöhnt. Foto: dpa

an eine Täuschung, berichtet Pan: „Wenn sie mir dann nach der Show begegnen, höre ich oft ‚Ach, sie sitzen ja wirklich im Rollstuhl‘.“

Tatsächlich hatte die Schweizerin bereits eine 13-jährige Karriere als Profi-Artistin hinter sich, bevor sie beim Training mit ihrem Mann – dem ebenfalls gelernten Akrobaten Didier Dvorak – vor etwa 18 Jahren aus drei Metern Höhe vom Trapez abstürzte. An den Unfall selbst erinnere sie sich nicht, wohl aber an die schwere Zeit danach: Sieben Monate verbrachte sie im Krankenhaus, „da hatte ich viel Zeit zum Nachdenken.“

Es sind große Fragen, die sich die Artistin stellen muss: „Wer bin ich eigentlich noch? Jahrelange hatte ich für mein Können auf meinen Körper gesetzt. Das war alles verloren.“ Zunächst muss sie lernen, überhaupt im Rollstuhl sitzen zu können. Dabei habe sie auch nach dem Unfall immer



eine große Liebe für die Artistik gehabt: Doch damals scheitern ihre Versuche, an die Vergangenheit anzuknüpfen: „Ich konnte nicht mal einen Purzelbaum“, sagt sie. Sie glaubt, mit dem Zirkus abgeschlossen zu haben, wendet sich dem Para-

sport zu, der ihr eine zweite Karriere als Profisportlerin beschert: Als Handbike-Fahrerin ist sie international erfolgreich, wird Europameisterin, Vize-Weltmeisterin und stellt den Weltrekord im Handbike-Marathon auf. Doch rückblickend auf die-

se Zeit sagt sie heute: „Das war eine Art Trostpflaster.“

Gleichzeitig habe der Leistungssport therapeutische Wirkung gehabt, geholfen ihren Körper wieder zu akzeptieren: Während sie es anfangs nicht ertragen habe, sich selbst im Spiegel zu sehen, lehrten sie die sportlichen Erfolge, was trotzdem in ihr steckt: „Mein Körper, der eigentlich so zerstört worden ist, hat trotzdem noch sehr viel Kraft. Ich kann mit ihm etwas erreichen.“

Als 2020 in der Corona-Zeit alle Rennen ausfielen, kam der Wunsch auf, es noch einmal mit einem Handstand zu versuchen. Die Idee ihres Mannes ein Snowboard an ihren Unterkörper zu binden, um ihn zu versteifen, hilft schließlich, dass das Unglaubliche im ersten Versuch klappt: „Er hat mich in die Senkrechte gestellt und ich habe angefangen, mich auf und ab zu drücken. Es war,

kleinen Schweizer Zirkus und bietet ihr Auftrittsmöglichkeiten an. Viele in ihrem Umfeld halten sie für verrückt: „Mein Sportverein hat überhaupt nicht an meine Vision geglaubt. Die wollten mich nicht verlieren, haben mich gedrängt, ich solle mich lieber auf die Paralympischen Spiele vorbereiten“, sagt sie und verdreht die Augen. „Aber das Handbike hat mich nur noch gelangweilt.“

Auf ihr erstes Engagement folgen weitere. Heute wisse sie genau, dass sie in der Welt des Zirkus viel mehr beheimatet sei, als in der Welt des Wettbewerbs, sagt sie. „Ich habe den Sport geliebt, aber es war nicht meine Leidenschaft.“ Die Manege lasse sie wieder komplett werden, sagt sie. „Ich empfinde meinen Körper jetzt wie einen ganzen Körper. Erst jetzt gehören die Beine absolut zu mir. Ich muss sie wahrnehmen, um einen Handstand stehen zu können.“ (dpa)

Erst jetzt gehören die Beine absolut zu mir. Ich muss sie wahrnehmen, um einen Handstand stehen zu können.

Silke Pan
Artistin

JOB & KARRIERE

STELLENANGEBOTE

WEITERE ANGEBOTE / SAMMELANGEBOTE

YOURJOB.de Auf **yourjob.de** finden Sie viele weitere aktuelle Stellenanzeigen online.
Infos zur Anzeigenschaltung unter 0221/224 20 25 oder yourjob@tageszeitung.koeln

Rechtsanwaltsfachangestellter (m/w/d) Becker Büttner Held Rechtsanw. Steuerber. Unternehmensber. Köln Job-ID: P-15863127
Pflegedienstleitung (m/w/d) CaritasSenioren Dienste GmbH Dormagen - Nievenheim Job-ID: P-15863157
Praxisanleiter (m/w/d) Teilzeit CaritasSenioren Dienste GmbH Dormagen - Nievenheim Job-ID: P-15863154
Duales Studium - B.Eng. Elektrotechnik (m/w/d) DEUTA-WERKE GmbH Bergisch Gladbach Job-ID: P-15918338
Kundenmanager (m/w/d) in Vollzeit (40 Wochenstunden) PROSERVICE Dienstleistungsgesellschaft mbH Sankt Augustin Job-ID: P-15863131

yourjob.de - Das Jobportal von Kölner Stadt-Anzeiger, Kölnische Rundschau und EXPRESS
Um weitere Details der Stellenangebote zu sehen, geben Sie einfach die Job-ID auf der **yourjob.de**-Startseite ein.

WOHNEN & LEBEN

KAUFANGEBOTE

GRUNDSTÜCKE
Kaufe Grundstück, Wiese, Wald, oder Ähnliches
☎ 0178/4650719

MIETGESUCHE

1 ZIMMER / APPARTEMENTS
Junge Zahnärztin sucht Wohnung 1-2 Zimmer mit Balkon im Kölner Westen (gerne in Lindenthal und näherem Umkreis) bis max. 850€ warm. Ich bin zuverlässig, rauche nicht und habe keine Haustiere. Kontakt: ju.merschh@gmail.com oder 0163/9 01 02 85

2 ZIMMER
Berufstätiger Single (31) sucht zentrale 1,5-2-Zi.-Whg. in Köln. Für 1 Person, ab ca. 45 m², Warmmiete bis ca. 900 €, Einzug flexibel. Bevorzugte Veedel mit guter ÖPNV-Anbindung: Altstadt, Südstadt, Nippes, Agnes, Sülz, Ehrenfeld, Mülheim, Kalk o.ä. Unbefristet angestellt (Öffentlichkeitsarbeit), Nichtraucher, zuverlässig & ruhig, kulturinteressiert; Unterlagen (Schufa/Gehaltsnachweise) vorhanden. Langfristiges Mietverhältnis gewünscht. Kontakt: ☎ (01 78) 9 22 24 32

3 ZIMMER UND GRÖßER
Suche Wohnung oder Haus zur Miete oder zum Kauf
Leider wurde unsere Wohnung Weihnachten aufgrund von Eigenbedarf gekündigt. Wir sind ein freundliches Akademiker Ehepaar ohne Kinder mit überdurchschnittlichem Einkommen und suchen schnellstmöglich im Raum Köln eine neue Bleibe. Unser Wunsch : Ca. 100m², 3-4 Zimmer, Balkon oder Garten , Garage oder Stellplatz . Wir freuen uns auf Ihr Angebot. Kontakt: Tel.: (01 71) 4 26 52 12 T.Schwanbeck-Ing@web.de

3 ZIMMER UND GRÖßER
Drei Herzen suchen ein Zuhause: Zuverlässiges Paar mit fröhlichem Kind (4 J.) sucht 3-Zimmer-Wohnung linksrheinisch. WBS B vorhanden. Nichtraucher, keine Haustiere. Wunsch nach langfristigem Mietverhältnis. ☎ (01 63) 7 32 02 85

3 ZIMMER UND GRÖßER
Akademikerehepaar sucht 3-Zi.-Whg. in zentr. Lage Kölns für studierende Tochter zur Gründung einer WG ab Mitte Januar, WM bis 1650,- €. Mietbürgschaft wird gestellt. (01 78) 149 04 30

3 ZIMMER UND GRÖßER
Freundliches Ehepaar mit Kind sucht 3-Zi.-Whg. in der Kölner Innenstadt. (Bevorzugt Deutz, Südstadt o. a.). Ruhige, zuverlässige Nichtraucher, sicherer Job im öffentl. Dienst. Tel. 0176/74906883

3 ZIMMER UND GRÖßER
5 Herzen suchen ihr Zuhause Wir # Mama, Papa und drei Kinder (4,6,10) # suchen dringend ein neues Zuhause in unserem vertrauten Viertel (Ehrenfeld, Bickendorf, Vogelsang). Wir sind berufstätig, zuverlässig und handwerklich begabt. s.anika29@yahoo.de, oder 0 17 2/6 16 87 27

AUTO MOBIL

VERKÄUFE

WOHNMOBILE / -WAGEN
Rolf kauft alle Wohnmobile/Wohnwagen, ☎ (02 21) 2 76 96 12, 01 77 / 5 08 82 42 Rolf.

AN- UND VERKÄUFE

Leistenschneider
Ankauf & Inzahlungnahme
Ihrer gebrauchten Kameraausrüstung zum fairen Preis, auch gegen Barzahlung.
Foto Leistenschneider | Tel. 0221 650 840 50
Ehrenstraße 9, 50672 Köln

Ist Ihr Wannenrand zu hoch? Badewannenentwürf in nur 5 Stunden, 100% wasserdicht. Durch Ihre Pflegekasse voll finanziert.
Wansa Badkonzept * www.wansa.de
0271/3992599

Kaufe alte Pelze. Vorwerk Staubsauger, Zinn, Porzellan, Silberbesteck, Modeschmuck, Münzen. Frau Strauß kauft bar, ☎ (01 71) 6 22 67 07.

Suche Villeroy & Boch Geschirr. Gerne auch Bleikristall anbieten! Tel.: 0221/17073488.

KUNST- UND SAMMLERMARKT

Kaufe alte Ölgemälde, holländische, russische, italienische Schule, Dürer, Münchner Schule, übernehme hochwertige Nachlässe und Sammlungen, Bronzefiguren, Holzskulpturen, altes Silber und Meissner Porzellan, 0 21 03/8 88 33.

Suche Ölgemälde von Achenbach, Mühlig, Preyer, Hermann Kern, Düker, Pippel, Meyer von Bremen, Jutz, Alexander Köster, Nerly, Fritz, von Wille, Clarenbach, Defregger, 0 21 03/8 88 33.

Seit 1984 DANIEL-SCHMUCK
Gold-Ankauf
gegen BARGELD
Markenuhren (Patek, Rolex, Cartier, IWC, u. s. w.). Brillantschmuck, Münzen, Zahngold.
Apostelnstr. 29, Köln, Tel.: 25 64 72
www.daniel-schmuck.com

Meine Vorteilswelt | **AR** | **UNIVERS**

Sparen, reisen, erleben:
www.vorteilswelt.koeln

DIE ERFOLGSSHOW ÜBER DEN KING OF POP!
BEAT IT! live
Mit den größten Hits von
MICHAEL JACKSON
05.03.26 KÖLN LANXESS ARENA
TICKETS: WWW.COFO.DE

SCHALLPLATTENBÖRSE KÖLN 28.12. Stadthalle Mülheim / 11-16 Uhr.

THEATER HEUTE
Termine und Anfangszeiten ohne Gewähr

Horizont Theater
Thürmchenswall 25, ☎ 13 16 04
Mittwoch, 24.12.2025 ► 11h Der kleine Weihnachtsbaum (A. Strigl, n. H. C. Andersen) ab 4 Jahren ► 14h Der kleine Weihnachtsbaum (A. Strigl, n. H. C. Andersen) ab 4 Jahren

Theater am Dom, Opernpassagen
Glockengasse 11, 50667 Köln, ☎ 2580153
► 25.12. + 26.12.25 18 Uhr: Ab in den Schrank, Komödie von Sébastien Castro.

THEATER VORSCHAU
Termine und Anfangszeiten ohne Gewähr

Horizont Theater
Thürmchenswall 25 ☎ 13 16 04
Freitag, 26.12.2025 ► 20h BOING! Comedy Club Gastspiel
Samstag, 27.12.2025 ► 14h Die Eiskönigin (n.H.C.Andersen) ab 4 Jahre ► 16h Das hässliche Entlein (nach H. C. Andersen) ab 3 Jahre ► 20h BOING! Comedy Club Gastspiel
Sonntag, 28.12.2025 ► 11:30h Die Kuh Swantje (L. Strehler) Krabbeltheater ab 2 Jahre ► 14h Das hässliche Entlein (nach H. C. Andersen) ab 3 Jahre ► 16h Die Eiskönigin (n.H.C.Andersen) ab 4 Jahre ► 20h BOING! Comedy Club Gastspiel

Theater am Dom, Opernpassagen
Glockengasse 11, 50667 Köln, ☎ 2580153
► Wir wünschen allen unseren Besuchern Frohe Weihnachten und spielen für sie auch am 25. und 26.12 um 18 Uhr die Komödie Ab in den Schrank.

Nutzen Sie auch unsere attraktiven Themenseiten im Internet.
www.ksta.de, www.rundschau-online.de und www.express.de.

Sie sitzt im Rollstuhl - aber steht im Handstand

Panorama

Ein Trapezsturz hatte alles verändert. Doch die querschnittsgelähmte Artistin Silke Pan ist dorthin zurückgekehrt, wo sie sich ganz fühlt: in die Manege. Die Geschichte einer Wiedergeburt.

21.12.2025 k.A.

Von -infocom GmbH

Es wirkt mühelos, wie Silke Pan ihren zierlichen Körper in den Handstand hebt. Doch an das, was die Akrobatin mitten in der Manege vorführt, hatte lange niemand glauben mögen - viele Jahre auch sie selbst nicht: Seit einem Trapezunfall 2007 ist Pan vom Bauchnabel abwärts gelähmt. Inzwischen ist sie zurück im Rampenlicht der Zirkusscheinwerfer.

Hartes Training und Willensstärke hätten die Rückkehr möglich gemacht, berichtet die 52-Jährige hinter den Kulissen des Zirkus Flic Flac der Deutschen Presse-Agentur. Sie ist Teil der Weihnachtsshow, die bis 11. Januar in Dortmund zu sehen ist.

«Ich trage eigentlich immer einen halben toten Körper mit mir»

Neben den vielen jungen und unversehrten Körpern, die unter der Kuppel des schwarzen Zirkuszeltels durch die Luft wirbeln, ist Pans Darbietung ein fast schon stiller, aber nicht minder atemraubender Kontrast: Im Rollstuhl fährt die 52-Jährige auf die Bühne, wird von ihrem Mann auf ein Podest gehoben, fixiert ihre Füße an einer Stange - und lässt Sekunden später vergessen, dass sie ihren Unterkörper nicht kontrollieren kann.

Auf den Händen balancierend wiegt sie Hüfte und Beine hin und her. Die Kraft dazu kommt allein aus der Taille und den Schultern. Sie schraubt sich mit Hilfe mehrerer Klötze auf den Handstandstützen höher und höher. Die Beine, die sie nicht kontrollieren kann, sind dabei eine zusätzliche Last: «Ich trage eigentlich immer einen halben toten Körper mit mir.»

Der Aluminiumstab, der ihre Beine stabilisiert und während der Übungen im Nacken aufliegt, sei auch eine Art Blindenstock, verrät sie: «Er gibt mir einen Hinweis, wo meine Füße gerade sind.»

Ein Publikum zwischen Begeisterung und Ungläubigkeit

Das Publikum an diesem Abend bedenkt ihren enormen Kraft- und Balanceakt mit tosendem Applaus. Manchmal glaubten die Menschen an eine Täuschung, berichtet Pan: «Wenn sie mir

dann nach der Show begegnen höre ich oft "Ach, sie sitzen ja wirklich im Rollstuhl".»

Tatsächlich hatte die Schweizerin bereits eine 13-jährige Karriere als Profi-Artistin hinter sich, bevor sie beim Training mit ihrem Mann - dem ebenfalls gelernten Akrobaten Didier Dvorak - vor etwa 18 Jahren aus drei Metern Höhe vom Trapez abstürzte. An den Unfall selbst erinnere sie sich nicht, wohl aber an die schwere Zeit danach: Sieben Monate verbrachte sie im Krankenhaus, «da hatte ich viel Zeit zum Nachdenken.»

«Ich konnte nicht mal einen Purzelbaum»

Es sind große Fragen, die sich die Artistin stellen muss: «Wer bin ich eigentlich noch? Jahrelange hatte ich für mein Können auf meinen Körper gesetzt. Das war alles verloren.» Zunächst muss sie lernen, überhaupt im Rollstuhl sitzen zu können: «Ich habe jetzt wieder eine gute Rumpfstabilität, aber wenn man mich antippt und ich mich nicht festhalte, kippe ich nach vorn.»

Dabei habe sie auch nach dem Unfall immer eine große Liebe für die Artistik gehabt: Doch damals scheitern ihre Versuche, an die Vergangenheit anzuknüpfen: «Ich konnte nicht mal einen Purzelbaum», sagt sie.

Parasport-Erfolge waren Trostpflaster und Therapie

Sie glaubt, mit dem Zirkus abgeschlossen zu haben, wendet sich dem Parasport zu, der ihr eine zweite Karriere als Profisportlerin beschert: Als Handbike-Fahrerin ist sie international erfolgreich, wird Europameisterin, Vize-Weltmeisterin und stellt den Weltrekord im Handbike-Marathon auf. Doch rückblickend auf diese Zeit sagt sie heute: «Das war eine Art Trostpflaster.»

Gleichzeitig habe der Leistungssport therapeutische Wirkung gehabt, geholfen ihren Körper wieder zu akzeptieren: Während sie es anfangs nicht ertragen habe, sich selbst im Spiegel zu sehen, lehrten sie die sportlichen Erfolge, was trotzdem in ihr steckt: «Mein Körper, der eigentlich so zerstört worden ist, hat trotzdem noch sehr viel Kraft. Ich kann mit ihm etwas erreichen.»

Wiedergeburt als Artistin

Als 2020 in der Corona-Zeit alle Rennen ausfielen, kam der Wunsch auf, es noch einmal mit einem Handstand zu versuchen. Die Idee ihres Mannes ein Snowboard an ihren Unterkörper zu binden, um ihn zu versteifen, hilft schließlich, dass das Unglaubliche im ersten Versuch klappt: «Er hat mich in die Senkrechte gestellt und ich habe angefangen, mich auf und ab zu drücken. Es war, als ob mein Körper diese alten Bewegungen noch erinnern konnte.»

Auch Dvorak wird den neuen Wendepunkt ihres Lebens nie vergessen: «Wir haben beide geweint. Es war als habe sich ein riesiges Tor geöffnet», sagt er. Er ahnte, was sie spürte. «Da ist ein riesiges Potenzial, da ist irgendetwas, das ich entwickeln kann», erinnert Pan sich an ihre Gedanken in diesem Moment.

Es beginnt, was sie ihre Wiedergeburt nennt: Zunächst seien das nur kleine Erfolge für sie selbst gewesen, doch auf einen Facebook-Post, mit dem sie ihren Stolz über die ersten selbstständigen Handstände teilen will, meldet sich der Direktor eines kleinen Schweizer Zirkus und bietet ihr Auftrittsmöglichkeiten an.

Gegen alle Zweifel

Viele in ihrem Umfeld halten sie für verrückt: «Mein Sportverein hat überhaupt nicht an meine Vision geglaubt. Die wollten mich nicht verlieren, haben mich gedrängt, ich solle mich lieber auf die Paralympischen Spiele vorbereiten», sagt sie und verdreht die Augen. «Aber das Handbike hat mich nur noch gelangweilt.»

Um Sponsoren und die Teammitglieder der Schweizer Nationalmannschaft nicht vor den Kopf zu stoßen, trainiert sie zunächst monatelang parallel, tritt dann aber im September 2021 als Leistungssportlerin zurück. Seither arbeitet sie wieder voll in ihrem neuen, alten Beruf als Artistin.

Zurück im Zirkus - und wieder ganz

Auf ihr erstes Engagement folgen weitere, darunter mehrfach beim italienischen Tournée-Zirkus Gravity sowie bei Roncalli. Heute wisse sie genau, dass sie in der Welt des Zirkus viel mehr beheimatet sei, als in der Welt des Wettbewerbs, sagt sie. «Ich habe den Sport geliebt, aber es war nicht meine Leidenschaft.»

Die Manege lasse sie wieder komplett werden, sagt sie. «Ich empfinde meinen Körper jetzt wie einen ganzen Körper. Erst jetzt gehören die Beine absolut zu mir. Ich muss sie wahrnehmen, um einen Handstand stehen zu können.»

dpa-infocom GmbH

Fotonachweis: Christoph Reichwein/dpa

Bildunterschrift: Bei ihrer Darbietung balanciert Silke Pan auf Handstandstützen - und

steigt mit den Klötzen immer weiter in die Höhe.

Nur für rundfunkinternen Gebrauch, © AS AG, alle Rechte vorbehalten.

Artistin mit Querschnittslähmung: Silke Pan im Flic Flac

Dortmund. 18 Jahre nach ihrem Unfall ist Silke Pan wieder zurück. Im Zirkus Flic Flac. Mit reiner Körperkraft und unbändigem Willen zeigt sie: Solange man lebt, geht der Weg weiter.

Von Esther Burmann

Fast das gesamte Zirkuszelt liegt in Dunkelheit. Nur ein kühles Blau fällt aus den Scheinwerfern auf die Mitte der Manege, wo Silke Pan probt – die Muskeln angespannt, der Blick vollkommen fokussiert.

Alle ihre Figuren haben eines gemeinsam: Silke steht dabei im Handstand. Seit ihrem Trapezunfall 2007 ist sie querschnittsgelähmt und spürt ihren Körper unterhalb des Bauchnabels nicht mehr – also verlegt sie ihre Kunst in die Schwerkraftumkehr.

Ihre Füße sind links und rechts neben ihrem Kopf an einer Stange fixiert, die hinter ihrem Nacken eingehakt ist. Während sie sich mit den Händen abstößt, schwebt ihr Körper frei in der Luft. Mal balanciert sie still kopfüber, mal kippt sie kontrolliert nach links oder rechts – immer in absoluter Spannung.

„Zu 200 Prozent wach“

„Da ich meinen Körper ja nur bis zur Bauchnabelhöhe spüre, muss ich zu 200 Prozent wach sein“, erklärt Silke. Was sie im Oberkörper fühle, gebe ihr Hinweise darauf, was ihre Beine und ihr Becken machen.

Silke ist zierlich und muskulös. Wer ihre Geschichte nicht kennt und sie in der Manege sieht, könnte meinen, sie habe nie etwas anderes gemacht. Aber nach dem Unfall dauerte es 14 Jahre bis Silke zurück in die Manege kam.

Wenn Silke heute über ihren Unfall spricht, klingt sie gefasst. Sie hat die Geschichte oft erzählt – doch die Erinnerung daran ist glasklar. Zwei Wochen lag sie nach dem Sturz ohne Bewusstsein, wurde erst in Italien operiert,

dann in ihrer Wahlheimat Schweiz. „Als ich aufgewacht bin, habe ich nicht sofort verstanden, was passiert war. Ich wusste erst gar nicht, wo ich bin und warum ich mich so schwer fühlte im Körper“, sagt sie. Der eigentliche

Schock kam später: „Das Schwierige war dann auch dieses Gefühl, gefangen zu sein im eigenen Körper. Vorher fühlte ich mich ja so frei in meinem Körper. Ich konnte alles machen.“ Plötzlich wurde jede Bordsteinkante zum Hindernis. Selbst der Einkauf wurde zum Kraftakt – Regale zu hoch, Tüten zu schwer, jede Bewegung ein Balanceakt, um nicht nach vorn aus dem Rollstuhl zu kippen.

Silke ist eine Künstlerseele

„Es ist mir sehr wichtig, mich kreativ ausdrücken zu können. Das ist für mich das Leben“, erzählt Silke.

„Ich hatte mir nach dem Unfall gedacht, ich kann mich mit diesem Körper nicht mehr richtig ausdrücken und ich kann mit dem Körper keinen Sport mehr machen“, erklärt Silke.

Für sie sei das besonders schwierig gewesen: „Wenn man eine Künstlerseele hat, braucht man das, sich kreativ auszudrücken.“

„Du bist doch etwas wert.“

Nach dem Unfall fand Silke vor allem Halt in den Menschen, die blieben. Ihr Mann Didier und enge Freunde gaben ihr das Gefühl: „Diese Menschen haben mir gezeigt: Silke, du bist doch etwas wert.“ Sie lernte, dass sie für ihren Charakter geschätzt wird – nicht für Leistungen oder Erfolge. Andere dagegen verschwanden, suchten erst wieder Kontakt, als sie beruflich zurück war.

Silke erzählt das ohne Groll. Es klingt eher nach Akzeptanz: So ist das Leben – manche bleiben, manche nicht. Den Blick richtet sie trotzdem auf das Gute. Beim Einkaufen etwa springt oft jemand ein, wenn sie an ein Regal nicht herankommt. „Die Menschen sind immer sehr hilfsbereit“, sagt sie.

„Wer bin ich?“

Drei Monate lang waren die Schmerzen nach dem Unfall so heftig, dass Silke kaum an

Zukunft denken konnte. Erst danach kam die große Frage: „Wer bin ich? Wer bin ich außer der Tatsache, dass ich jetzt nicht mehr Artistin bin? Ich bin auch nicht mehr Sportlerin, weil ich habe ja jetzt nicht mehr meinen Körper.“

Eine erste Antwort fand sie in der Kreativität. Sie machte eine Ausbildung zur Dekorateurin, gründete mit ihrem Mann eine Luftballondekorationfirma und gestaltete Events. „Das gefiel mir. Das war schön“, sagt sie heute. Doch etwas fehlte: die Bewegung, das Körperliche, das sie ihr Leben lang getragen hatte.

Neue Hoffnung im Sport

Silke probierte unterschiedliche Rollstuhlportarten aus. Das habe ihr nicht nur körperlich geholfen, sondern auch mental. Sie habe zum ersten Mal Kontakt zu Rollstuhlportlern gehabt: „Die haben für mich ein neues Bild von Menschen im Rollstuhl dargestellt“, erzählt Silke.

Früher habe sie den Rollstuhl immer mit Alter und Krankheit verbunden. Dieses Bild habe sich geändert: „Da habe ich so junge Leute gesehen, die richtig sportlich, muskulös waren und die

glücklich aussehen!“

Das war für Silke der Zeitpunkt, an dem sie entschied: „Das muss ich auch machen!“ Beim Ausprobieren habe Silke eine Sportart gefunden, die ihr besonders viel Spaß machte – das Handbikefahren. Am Handbikefahren liebte Silke vor allem die Kombination aus Natur, Tempo und neuer körperlicher Herausforderung. Zum ersten Mal seit dem Unfall spürte sie ihren Körper wieder bewusst: „Irgendwie hatte ich das Gefühl, den ganzen Körper mitzunehmen.“

Aus dem Hobby wurde schnell Ernst. Vier Jahre nach dem Start fuhr sie ihre ersten Rennen – und gewann sofort. National, dann international, fast immer auf dem Podest. 2013 stellte sie vier Rekorde auf, fuhr Weltbestzeit und wurde in die Nationalmannschaft berufen. Danach ging es direkt zur WM.

Die Liste ihrer Erfolge ist lang. Doch ihre Motivation schwand in dem Moment, in dem sie etwas schaffte, das sie selbst kaum für möglich gehalten hatte: „Ich habe 2020 meinen allerersten Handstand gemacht als Paraplegikerin. Und seitdem war mir klar, ich möchte aufhören mit dem Handbike. Ich möchte jetzt im Zirkus weitermachen.“

Zurück in der Manege

2021 war Silkes letzte Saison als Profisportlerin mit dem Handbike – sie wurde Europameisterin. Silke hatte eine Vision. Sie wollte eine neue Show vorbereiten und ihre Leistung neu aufbauen. Im Dezember 2021 stand Silke auch schon wieder in der Manege. Da gab es für sie neben der körperlichen Anstrengung auch eine große emotionale Herausforderung: „Die-

Fortsetzung...

se anfängliche Scham, die ich habe, mich als gelähmte Person darzustellen.“ Es war für sie eine Überwindung.

Sie selber liebt den Sport, aber würde das Publikum es auch lieben? Nach vier Jahren sagt Silke: „Die Reaktionen sind immer sehr, sehr positiv.“

Mit ihrer Kunst will Silke vor allem eine Botschaft senden: Wer große Träume und echte Leidenschaft hat, sollte sich nicht vom ersten Eindruck entmutigen lassen.

„Wenn man große Träume hat und wenn man eine Leidenschaft hat, dann sollte man sich nicht abhalten lassen vom ersten Eindruck, dass etwas nicht möglich sei.“

In ihren Shows zeigt sie, „dass es trotz einem eingeschränkten Körper möglich ist, Hochleistung zu bringen.“ Sie versteht, dass man nach einem Einschnitt glaubt, nichts gehe mehr.

„Aber wenn man nicht aufgibt und es einfach immer weiter probiert, dann findet

man raus, wo der Weg weitergeht. Denn solange man lebt, geht der Weg irgendwo weiter und der Weg kann sogar auch schön sein.“

Flic Flac in Dortmund

Wie schön Silkes Weg geworden ist, zeigt sie 18 Jahre nach ihrem Unfall auf großer Bühne: im Zirkus Flic Flac in Dortmund. Dort steht sie nun als Handstandartistin in der Manege, im Licht der Scheinwerfer, umgeben vom Dunkel des Zelts – ein Bild,

das für sich spricht.

„Ich bin sehr gespannt und ich freu mich, weil es wird eine neue Art, meine Darbietung zu zeigen, mit einem neuen Stil. Ich bin gespannt, wie es mir gelingt, diesen neuen Stil dann auch vorzuführen.“

Die Flic-Flac-X-Mas-Show läuft vom 11. Dezember bis 11. Januar 2026 auf dem Parkplatz E2 der Westfalenhallen. Tickets kosten je nach Kategorie zwischen 35 und 65 Euro und sind online auf der Flic Flac Website erhältlich.