

**PROJEKTOR**  
FILMVERLEIH UND FILMPRODUKTION

präsentiert eine

Zum Goldenen Lamm Filmproduktion



# PARKOUR

Deutschland 2009 / 100 Minuten / 2742 Meter

Format: 35mm & digital / 1,66:1

Ton: Dolby Digital

FSK: ab 12 Jahren, feiertagsfrei

FBW „besonders wertvoll“

**Kinostart: 11. März 2010**

[www.parkour-film.de](http://www.parkour-film.de)

Gefördert mit Mitteln der  
MFG Medien- und Filmgesellschaft Baden-Württemberg mbH

## | **Pressebetreuung**



Analyse Betreuung Distribution

| Dirk Lüneberg und Susanne Frischmuth,  
Skalitzer Straße 104 (Aufgang C)  
10997 Berlin

fon 030 / 69 00 459 83

fax 030 / 69 00 459 88

presse@cinevolution.de

## | **Verleih**



Skalitzer Straße 104 (Aufgang C)  
10997 Berlin

fon 030 / 69 00 459 80

fax 030 / 69 00 459 88

presse@projektorfilm.de

## | **Vertrieb**



Skalitzer Straße 104 (Aufgang C)  
10997 Berlin

fon 030 / 69 00 459 71

fax 030 / 69 00 459 77

barny@barnsteiner-film.de

Pressematerialien zum Download unter  
[www.projektorfilm.de](http://www.projektorfilm.de)

## **BESETZUNG**

<b>Richie</b>	Christoph Letkowski
<b>Hannah</b>	Nora von Waldstätten
<b>Nonne</b>	Marlon Kittel
<b>Frankie</b>	Arved Birnbaum
<b>Paule</b>	Constantin von Jascheroff
<b>Janko</b>	Georg Friedrich

<b>Lehmann</b>	Ralf Dittrich
<b>Jana</b>	Lilly Marie Tschörtner
<b>Stefan</b>	Laurens Walter
<b>Sylvie</b>	Nadja Stübiger
<b>Naber (Polizist)</b>	Piet Fuchs
<b>Seng (Polizist)</b>	Stefan Feddersen-Clausen
<b>Kontrolleur</b>	Özgür Karadeniz
<b>Chefarzt</b>	Martin Butzke
<b>Arzt (U-Haft)</b>	Joachim Nimtz
<b>Vater (Paule)</b>	Michael Stiller
<b>Bauherr</b>	Walter Sprungala
<b>Maler</b>	Michael Günther
<b>Polizeibeamter</b>	Christoph Gawenda
<b>Typ in Disco</b>	Daniel Seniuk
<b>Krankenschwester</b>	Dorothea Arnold
<b>Mieter</b>	Vilmar Bieri
<b>Verkäufer in Disco</b>	Norbert Henning
<b>Chef in Disco</b>	Georg Alfred Wittner

Stab

<b>Regie &amp; Koautor</b>	Marc Rensing
<b>Autor</b>	Rüdiger Heinze
<b>Produzenten</b>	Rüdiger Heinze & Stefan Sporbert
<b>Redaktion SWR</b>	Stefanie Groß
<b>Kamera</b>	Ulle Hadding
<b>Musik</b>	Thomas Mehlhorn
<b>Schnitt</b>	Sebastian Marka
<b>Sounddesign &amp; Mischung</b>	Andre Zacher
<b>Szenenbild</b>	Stephanie Schlienz
<b>Kostüm</b>	Juliane Maier
<b>Maske</b>	Melanie Glawon
<b>Parkour Supervisor</b>	Ben Scheffler, Parkour One

## STIMMEN ZUM FILM

„Ein Film von bewunderungswürdiger Energie und eine hochspannende Beobachtung psychologischer Vorgänge, gegenläufig zur äußeren Handlung. Ein Psychodrama ohne billige Thrillereffekte.“

*Michael Verhoeven in seiner Begründung zur Verleihung des MFG-Stars an PARKOUR*

„Ein toller, publikumswirksamer Film.“

*Heinz Badewitz, Festivalleiter Hofer Filmtage & Programmleiter der Berlinale-Reihe German Cinema*

„PARKOUR strahlt aus, was den meisten deutschen Filmen abgeht: pure kinetische Energie.“

*Hanns-Georg Rodeck, Die Welt*

„Rensings Film ist ein klassisches Psychodrama. Facettenreich verbindet er dynamische Bilder von den drei leidenschaftlichen Parkour-Läufern mit einfühlsamen Motiven von den sozialen und menschlichen Folgen des Massenphänomens Eifersucht.“

*Manfred Präcklein, dpa*

„Hauptdarsteller Christoph Letkowski überrascht mit einer aufsehenerregenden Leistung. Ihm gelingt das Kunststück, einen sich zum Kotzbrocken wandelnden Menschen so darzustellen, dass man mit ihm fühlt.“

*Sebastian Handke, Der Tagesspiegel*

„Marc Rensings Debüt beginnt rasant wie ein Extremsport-Drama: mit einem durch physische Artistik, rabiante Schnitte, sprunghafte Blickwechsel aufregend choreografierten Hindernislauf. Auf die natürliche Eleganz solcher Dynamik setzt die Inszenierung – und aufs Gegenteil: Auf die auf den scheiternden Versuch, im Lebensplan vorwärts zu kommen. Aus dieser Unvereinbarkeit bezieht der Film seinen Rhythmus.“

*Michael Thumser, frankenpost.de*

## **IN EINEM SATZ**

Mauern, Häuser, Straßenschluchten: Für den Parkour-Läufer Richie existieren in der realen Welt keine Hindernisse, privat stößt er hingegen immer stärker an Grenzen.

## **KURZINHALT**

Mauern, Häuser, Straßenschluchten: Für Richie (CHRISTOPH LETKOWSKI) und seine besten Kumpels Nonne (MARLON KITTEL) und Paule (CONSTANTIN VON JASCHEROFF) existieren keine Hindernisse. Die drei laufen Parkour – immer auf dem direktesten Weg, komme was wolle. Noch mehr als diesen Extremsport liebt Richie seine hübsche Freundin Hannah (NORA VON WALDSTÄTTEN), die gerade ihr Abitur macht und danach studieren will. Richies latente Eifersucht führt jedoch immer wieder zu Konflikten mit Hannah und seinen Freunden. Da Richie unfähig ist, sich diese Schwäche einzugestehen, rutscht er immer tiefer in einen wahnhaften Strudel aus Missgunst, Versagensängsten und Kontroversen.

## **PRESSENOTIZ**

Marc Rensings kraftvoll und rasant erzähltes Spielfilmdebüt wurde 2009 auf dem Filmfest in Hof mit dem Eastman Förderpreis sowie in Baden-Baden mit dem MFG Star der Filmförderung Baden-Württemberg ausgezeichnet. Die Filmbewertungsstelle Wiesbaden verlieh PARKOUR zudem das Prädikat „besonders wertvoll“. Ende Januar 2010 wird der Film während der 45. Solothurner Filmtage seine Schweizer Uraufführung erleben und außerdem während der Berlinale 2010 in der Reihe German Cinema zu sehen sein.

Der neu gegründete Projektor Filmverleih wird dieses ebenso authentische wie packende Drama um mutige Sportler und die zerstörerische Kraft der Eifersucht am 11. März 2010 in die deutschen Kinos bringen.

In der Hauptrolle brillieren Neuentdeckung Christoph Letkowski sowie die im Dezember 2009 mit dem New Faces Award ausgezeichnete Nora von Waldstätten („Falscher Bekenner“) als junges Paar, dessen frische Liebe an der Eifersucht zu zerbrechen droht. In weiteren Rollen überzeugen Jungstars wie Constantin von Jascheroff („Leroy“) und Marlon Kittel („Unter Bauern“) sowie Multitalent Arved Birnbaum („Emmas Glück“) und Österreichs Kult-Darsteller Georg Friedrich („Nordwand“, „Contact High“). Produziert wurde PARKOUR von Rüdiger Heinze und Stefan Sporbart durch ihre gemeinsame Firma Zum Goldenen Lamm Filmproduktion.

## LANGINHALT

Richie (CHRISTOPH LETKOWSKI) ist Gerüstbauer, Mitte zwanzig, sportlich und ein smarterer Typ. Sein Job macht ihm viel Spaß und seine hübsche Freundin Hannah (NORA VON WALDSTÄTTEN) liebt er über alles. Außerdem teilt er mit seinen beiden besten Kumpels Nonne (MARLON KITTEL) und Paule (CONSTANTIN VON JASCHEROFF) eine gemeinsame Leidenschaft: Parkour.

Das Parkour-Laufen ist für Richie sowohl Entspannung von seinem anstrengenden Job, als auch eine Möglichkeit, sich beim Überwinden diverser urbaner Hindernissen auf dem direktesten Weg Herausforderungen zu stellen und diese möglichst schnell zu meistern. Hannah dagegen macht gerade ihr Abitur nach und steckt mitten im Lernstress für ihre letzte Prüfung in Mathematik. Sie ist verzweifelt, hat sie doch das Gefühl, rein gar nichts zu kapieren. Um zu verhindern, dass Hannah mit Stefan (LAURENS WALTER) lernt, einem Mitschüler aus ihrer Abendschule, der ein Auge auf Sie geworfen hat, bietet Richie ihr an, seinen Kumpel Nonne zu fragen. Denn der war früher in der Schule ebenfalls ein Mathe-Ass.

Aber auch Richie hat Probleme: Eigentlich schuldet ihm sein letzter Auftraggeber noch Lohn, den er seinen beiden Kollegen Frankie (ARVED BIRNBAUM) und Janko (GEORG FRIEDRICH) bereits ausgezahlt hat. Frankie ist die Loyalität in Person und so schnell durch nichts aus der Ruhe zu bringen. Janko ist Österreicher und hat ein Problem mit Frauen, vor allem mit denen, die ihn betrogen haben. So warnt er auch Richie, ein Auge auf Hannah zu haben, wenn sie von Nonne Nachhilfe bekommt, denn letztlich seien alle Frauen gleich.

Eigentlich gibt Richie nicht viel auf Jankos Gerede, gleichzeitig lässt es ihm aber keine Ruhe. Als er Hannah bei ihrer Schule absetzt, fragt er sie, was eigentlich wird, wenn sie ihr Abitur in der Tasche hat. Richie kann nicht weg aus der Stadt, dazu ist die Auftragslage zu gut, und er bildet mit Frankie und Janko ein eingespieltes Team, das erfolgreich zusammenarbeitet. Hannah tröstet ihn, erst einmal die letzte Prüfung abzuwarten, dann könnten sie ja immer noch weitersehen.

Richie ist trotzdem verunsichert und verliert zunehmend die Balance. Als er in einer Disco beobachtet, wie Hannah auf der Tanzfläche belästigt wird, sieht er rot. Nachdem er den aufdringlichen Discogast heimlich auf der Toilette verprügelt hat, haut er mit Nonne und Paule über die Dächer ab. Ein folgenschwerer Fehler, wie sich herausstellen wird.

Wenigstens Hannahs Nachhilfestunden mit Nonne scheinen erfolgreich zu verlaufen. Allerdings vermischt sich bei Richie der Stolz, Hannah geholfen zu haben, zunehmend mit der Angst, dass sie ihn nach dem Abi verlassen

könnte, um zum Studieren in eine andere Stadt zu ziehen. Dazu keimt in ihm die Eifersucht auf Nonne, der jetzt regelmäßig viel Zeit mit Hannah beim Lernen verbringt. Dabei hat Richie mittlerweile noch ganz andere Probleme. Das versprochene Geld für seinen letzten Auftrag kann aufgrund einer Insolvenz nicht gezahlt werden. Richie droht und beschimpft seinen Auftraggeber – ein weiterer Fehler.

Zurück auf der Baustelle nervt Janko Richie erneut mit Geschichten über seine untreuen Ex-Freundinnen. Als Richie Janko am Gerüst festhalten soll, verliert er die Kontrolle und lässt Janko fallen. Richie selbst ist schockiert und Frankie außer sich. Der Polizei, die nach Jankos schwerem Sturz auf der Baustelle erscheint, erzählt Richie, dass es sich um einen Arbeitsunfall gehandelt hätte. Doch sowohl Frankie als auch Jankos Freundin Sylvie (NADJA STÜBIGER) kommen schnell Zweifel an Richies Version des Unglücks. Schließlich nimmt auch die Polizei Ermittlungen auf und so zieht sich die Schlinge um Richies Hals immer enger zusammen. Auch Hannah merkt langsam, dass mit Richie etwas nicht stimmt und reagiert verstört und fassungslos auf seine unberechenbaren Aktionen und unkontrollierten Eifersuchtsanfälle.

Richies Welt gerät mehr und mehr aus den Fugen und scheint über ihm zusammen zu brechen. Wie in einem nicht enden wollenden Albtraum hetzt er von einer unkontrollierbaren Situation zur nächsten, und es scheint so, als hätten sich alle und alles gegen ihn verschworen. Plötzlich taucht auch ein von seinem Unfall noch schwer gezeichneter Janko wieder auf. Er stellt Richie nach und will immer wieder von ihm wissen, wie es denn nun genau zu seinem Sturz vom Gerüst gekommen ist.

Schließlich überschlagen sich die Ereignisse, als Richie erneut in der Disco auftaucht und als Schläger wiedererkannt wird. Nach einer kurzen Verfolgungsjagd mit den Türstehern und der Polizei, bei der Richie angefahren wird, muss er mit aufs Revier, wo es zu einem fatalen Missverständnis kommt. Er wird für 24 Stunden in Gewahrsam genommen und reagiert konfus und selbstzerstörerisch auf die Situation. Nach seiner Entlassung trifft sich Richie erneut mit Janko, der ihm einen Gefallen tun will und für ihn auskundschaftet, was zwischen Hannah, Nonne und Paule hinter Richies Rücken läuft. Nachdem er Jankos erschütterten Bericht gehört hat, dreht Richie endgültig durch.

## **DIE DARSTELLER**

Christoph Letkowski / Richie

*Richard wird von allen nur **Richie** genannt. Er ist impulsiv, voller Tatendrang und Energie. Dies spiegelt sich auch in seinem großen Hobby wider, dem Parkour. Seine hübsche Freundin Hannah liebt er über alles, auch wenn er sich neben ihr ein wenig ungebildet vorkommt. Von Hannah und auch von seinen Kumpels und Angestellten schlägt dem selbständigen Gerüstbauer nicht zuletzt aufgrund seiner Loyalität und seiner Fähigkeit, die wichtigen Dinge im Leben anzupacken, viel Sympathie entgegen. Trotzdem will er sich im Leben immer etwas beweisen. Ein ausgeprägter Drang, der ihm am Ende zum Verhängnis wird.*

### Biografie

Christoph Letkowski wurde 1982 in Halle an der Saale geboren. Von 2002 bis 2006 studierte er an der Hochschule für Musik und Theater „Felix Mendelssohn Bartholdy“ in Leipzig. Schon während seines Studiums stand Christoph Letkowski im Theater Chemnitz auf der Bühne. Danach zog es ihn nach Berlin, wo er regelmäßig am Grips-Theater auftrat. Hier spielt er außerdem an der Volksbühne unter so renommierten Regisseuren wie Frank Castorf.

Im Fernsehen konnte man den 27-Jährigen unter der Regie von Dominik Graf in „Eine Stadt wird erpresst“ (ZDF, 2007) sehen sowie in „Die Hitzewelle“ (SAT1, 2008) von Gregor Schnitzler oder in „Hurra die Schule brennt“ (SAT1, 2008) von Zoltan Spirandelli. Vor seiner Hauptrolle in PARKOUR war Christoph Letkowski bereits in „Chaostage“ (2009) im Kino zu erleben.

Neben der Schauspielerei ist Christoph Letkowski Sänger und Komponist der Band Volkskind, die kurz vor der Veröffentlichung ihres ersten Albums steht.

### Filmografie (Auswahl)

**PARKOUR** (2009)

Regie: Marc Rensing

**CHAOSTAGE** (2009)

Regie: Tarek Ehlail

**MEINE WUNDERBARE FAMILIE** (TV, 2008)

Regie: Ariane Zeller

**HURRA DIE SCHULE BRENNT** (TV, 2008)

Regie: Zoltan Spirandelli

**DIE HITZEWELLE** (TV, 2008)

Regie: Gregor Schnitzler

**EINE STADT WIRD ERPRESST** (TV, 2007)

Regie: Dominik Graf

Sechs Fragen an Christoph Letkowski

**Was ist Richie, den du in PARKOUR verkörperst, für ein Typ?**

*Ein energischer Gerüstbauer, Traceur und Freund, der sich psychisch wie physisch zu sehr herausfordert. Richies Vorstellung von einem gemeinsamen Leben mit Hannah hat oberste Priorität. Seine wachsende Eifersucht treibt ihn jedoch immer mehr in einen unberechenbaren Zustand. Ihm droht der gefürchtete Kontrollverlust.*

**Was hat dich an der Rolle gereizt?**

*Die Möglichkeit zu bekommen, schauspielerische und körperliche Grenzen auszuloten und mich der damit verbundenen Verantwortung zu stellen. Vor allem war die Rolle des Richie für mich ein Tribut.*

**Welche Wesenszüge oder Charaktereigenschaften von Richie hast du eventuell schon an dir selbst entdeckt?**

*Alles und nichts, denn viele meiner Charaktereigenschaften unterliegen einem ständigen Wandel. Privat ist es oft wie bei Richie: Das Loslassen fällt mir schwer. Beruflich spielt Kontrolle auch eine große Rolle. Vor allem Selbstkontrolle. Da frage ich mich manchmal, ob es nicht etwas weniger davon sein könnte.*

**Was muss bei dir in einer Beziehung passieren, damit du eifersüchtig wirst?**

*An dieser Stelle könnte ich ein fünfzigseitiges tiefenpsychologisches Essay anbieten. Kurz gesagt: Meine Freundin verliebt sich ganz offiziell in einen gemeinsamen Bekannten, verspricht mir trotzdem, dass ich weiterhin der Mann ihrer Träume bin, wir eines Tages heiraten und die schönsten Kinder der Welt bekommen werden. Verdammt, sollte ich mir 'ne neue Beziehung suchen?*

**Das Parkour-Laufen erfordert sehr viel Training und ist nicht ganz ungefährlich. Wie hast du dich auf die Parkour-Szenen vorbereitet?**

*Mit Mütze, Trainingshosen und den coolsten und besten Parkourlehrern Berlins. Das war eine tolle Zeit: Polizei, Hausverbot, aufgescheuerte Schienbeine. Herrlich! Nochmal!*

**Wie hast du dabei die Angst überwunden, zum Beispiel von einem hohen Hindernis herunter zu springen?**

*Durch Mut, Selbstvertrauen, Konzentration, vorsichtiges Herantasten bis hin zum (und da sind wie wieder beim) Loslassen. Letzteres fällt jedoch schwer, wenn man acht Meter über dem Boden an einer Plakatwand hängt. Dann helfen dir nur noch die Jungs von PARKOURONE.*

| ▲

Nora von Waldstätten / Hannah

**Hannah** und Richie sind seit drei Jahren ein Paar. Kennen gelernt haben sie sich in einem Supermarkt, in dem Hannah Regale bestückte – einer der vielen Aushilfsjobs, mit denen sie sich in den letzten Jahren über Wasser gehalten hat. Hannah ist ebenso ehrgeizig wie harmoniesüchtig, woran die schwierigen Familienverhältnisse, in denen sie aufgewachsen ist, nicht ganz unschuldig sind. An der Abendschule hat sie zuerst ihren Realschulabschluss nachgemacht, nun soll das Abitur folgen. Hannah ist eine unerschrockene junge Frau, an der Richies dramatische Veränderung seiner Persönlichkeit trotzdem nicht spurlos vorüber geht.

### Biografie

Seit 2003 ist Nora von Waldstätten regelmäßig in Kino- und Fernsehrollen zu sehen. Die gebürtige Österreicherin, die in Berlin lebt und an der UdK ihre Ausbildung gemacht hat, spielte 2004 im Kinofilm „Jargo“. Ein Jahr später stand sie für Christoph Hochhäuslers hoch gelobtes Drama „Falscher Bekenner“ vor der Kamera. 2008 sah man sie in dem Fernsehfilm „Meine fremde Tochter“ (ARD) an der Seite von Götz George sowie in der Kinoproduktion „Tangerine“. 2009 folgte der Tatort „Herz aus Eis“ (ARD), für den sie im Dezember mit dem New Faces Award der Zeitschrift Bunte ausgezeichnet wurde. Außerdem hatte sie einen Gastauftritt in Julie Delpys „Die Gräfin“, der im Rahmen der Berlinale seine Uraufführung erlebte. Zu Nora von Waldstätts aktuellen Kinofilmen gehören neben PARKOUR die Filme „Schwerkraft“ und deutsch-französische Koproduktion „Carlos“, die ebenfalls 2010 in die Kinos kommen werden.

### Filmografie (Auswahl)

**CARLOS, DER SCHAKAL** (Carlos, 2010)

Regie: Olivier Assayas

**SCHWERKRAFT** (2009)

Regie: Maximilian Erlenwein

**PARKOUR** (2009)

Regie: Marc Rensing

**TATORT – HERZ AUS EIS** (TV, 2009)

Regie: Ed Herzog

**DIE GRÄFIN** (THE COUNTESS, 2009)

Regie: Julie Delpy

**TANGERINE** (2008)

Regie: Irene von Alberti

**MEINE FREMDE TOCHTER** (TV, 2008)

Regie: Manfred Stelzer

**FALSCHER BEKENNER** (2005)

Regie: Christoph Hochhäusler

**JARGO** (2004)

| Regie: Maria Solrun Sigurdsdottir

Marlon Kittel / Nonne

**Nonne** heißt eigentlich Norbert. Er lebt für den Moment und in den Tag hinein. Dabei umweht ihn eine leichte Arroganz, schließlich war er früher auf dem Gymnasium kein schlechter Schüler. Nonne ist pragmatisch und nie um eine flapsige Bemerkung verlegen. Spießertum verachtet er. Das Parkour-Laufen ist für ihn Philosophie, Meditation und Arbeitsvermeidungsstrategie zugleich. Weil er alles im Leben auf sich zukommen lässt, hält er es nicht für nötig, sich aus eigenem Antrieb weiter zu entwickeln.

## Biografie

Marlon Kittel wurde 1983 geboren und 1998 von seiner heutigen Agentin bei den Dreharbeiten der TV-Serie „Der Clown“ entdeckt, wo er als Stunt Double gearbeitet hatte. Zwei Jahre später war er erstmals in einem Kinofilm zu sehen. Anschließend wechselten sich TV- und Kinorollen ab. Im Fernsehen ist Marlon Kittel immer wieder auch in größeren Rollen in Erfolgsformaten wie „Tatort“ (ARD) oder „Polizeiruf 110“ (ARD), aber auch in Eventproduktionen wie „Der Untergang der Pamir“ (ARD, 2006) zu sehen.

Zu seinen bekanntesten Arbeiten fürs Kino gehören „Der Felsen“ (2002) von Dominik Graf, „Verschwende deine Jugend“ (2003) von Benjamin Quabeck, Marco Kreuzpainters Coming-Out-Geschichte „Sommersturm“ (2004) sowie „Die Bluthochzeit“ (2005) von Dominique Deruddere. Vor PARKOUR war Marlon Kittel in „Unter Bauern“ (2009) auf der großen Leinwand zu sehen.

## Filmografie (Auswahl)

### **PARKOUR** (2009)

Regie: Marc Rensing

### **UNTER BAUERN** (2009)

Regie: Ludi Boeken

### **DER UNTERGANG DER PAMIR** (TV, 2006)

Regie: Kaspar Heidelberg

### **DIE BLUTHOCHZEIT** (2005)

Regie: Dominique Deruddere

### **SOMMERSTURM** (2004)

Regie: Marco Kreuzpaintner

### **VERSCHWENDE DEINE JUGEND** (2003)

Regie: Benjamin Quabeck

**DER FELSEN** (2002)

Regie: Dominik Graf

Constantin von Jascheroff / Paule

**Paule** heißt eigentlich Paul und ist der jüngste und unerfahrenste der drei Parkourläufer. Für Paule stellt Richie das große Vorbild dar. In Paulens Augen packt Richie alles an, um seine eigenen Vorstellungen vom Leben auch umzusetzen: Er hat eine tolle Freundin, einen coolen Job und will später auf jeden Fall eine Familie gründen. Paule hingegen will nicht erwachsen werden, er benutzt stattdessen die hemmungslose Bewunderung für Richie als Ausrede dafür, das eigene Leben nicht in die Hand nehmen zu müssen. Als im Laufe der Geschichte sein Bild von Richie immer mehr in Frage gestellt wird, muss Paule sich entscheiden, ob er sich weiterhin selbst belügen oder endlich Farbe bekennen will.

### Biografie

Constantin von Jascheroff wurde 1986 in Berlin geboren und stand schon früh vor der Kamera. 1994 sah man ihn erstmals in „Rennschwein Rudi Rüssel“ im Kino und danach in diversen TV-Filmen. 2004 spielte er in „Jargo“ und ein Jahr später in Christoph Hochhäuslers hochgelobtem Kinodrama „Falscher Bekenner“. Ein Jahr später folgte „Jagdhunde“, der während der Berlinale seine Uraufführung erlebte, sowie 2007 die Kinokomödie „Leroy“.

2009 war Constantin von Jascheroff in zahlreichen Fernsehfilmen und TV-Mehrteilern zu sehen: Zusammen mit Nora von Waldstätten im „Tatort: Herz aus Eis“ (ARD), in der SAT1-Komödie „Barfuss bis zum Hals“ sowie in dem gefeierten ZDF-Dreiteiler „Die Wölfe“. Nun kehrt der erfolgreiche Jungdarsteller mit PARKOUR zurück auf die große Leinwand.

Constantin von Jascheroff betätigt sich darüber hinaus seit 1992 regelmäßig als Synchronsprecher und lieh dabei beispielsweise auch dem jungen Anakin Skywalker in „Star Wars: Episode I“ seine Stimme.

### Filmografie (Auswahl)

#### **PARKOUR** (2009)

Regie: Marc Rensing

#### **BARFUSS BIS ZUM HALS** (TV, 2009)

Regie: Hans Jörn Thurn

#### **TATORT- HERZ AUS EIS** (TV, 2009)

Regie: Ed Herzog

#### **DIE WÖLFE** (TV, 2009)

Regie: Friedemann Fromm

**LEROY** (2007)

Regie: Armin Völkers

**JAGDHUNDE** (2006)

Regie: Ann-Kristin Reyels

**FALSCHER BEKENNER** (2005)

Regie: Christoph Hochhäusler

**JARGO** (2004)

Regie: Maria Solrun Sigurdsdottir

**RENSCHWEIN RUDI RÜSSEL** (1994)

Regie: Peter Timm

Arved Birnbaum / Frankie

Arved Birnbaum wurde 1962 in Cottbus geboren. Nach dem Abitur absolvierte er an der Hochschule für Schauspielkunst "Ernst Busch" in Rostock eine Ausbildung zum Schauspieler und studierte an der Humboldt Universität in Berlin mit Schwerpunkt Film und Fernsehen. Es folgten verschiedene Theaterengagements unter anderem in Stuttgart, Essen und Oberhausen. Seit Ende der 1990er Jahre ist Arved Birnbaum darüber hinaus regelmäßig in Film- und Fernsehproduktionen zu sehen.

Im Fernsehen hatte er immer wieder Gastauftritte in diversen Krimireihen. Zu seinen bekanntesten Fernsehfilmen gehören „Dunkle Tage“ (ARD, 1999) von Margarete von Trotta, „Neger Neger Schornsteinfeger“ (ZDF, 2006) von Jörg Grünler sowie die Dominik Graf-Filme „Eine Stadt wird erpresst“ (ZDF, 2007) und „Im Angesichts des Verbrechens“ (ARD, 2010).

Im Kino konnte man Arved Birnbaum bisher beispielsweise in „Kanak Attack“ (2000) von Lars Becker, "Sass - Die Meisterdiebe" (2001) von Carlo Rola sowie „Emmas Glück“ (2006) von Sven Taddicken sehen. Nach PARKOUR wird Arved Birnbaum demnächst auch in dem Biopic „Max Schmeling“ (2010), in dem er Hauptdarsteller Henry Maske auch als Schauspielcoach zur Verfügung stand, sowie in dem Horrorfilm „Wir sind die Nacht“ (2010) von Dennis Gansel auftreten.

Arved Birnbaum lebt derzeit in Köln, wo er die Berufsfachschule Zentrum für Schauspiel und Film leitet.

#### Filmografie (Auswahl)

##### **MAX SCHMELING** (2010)

Regie: Dr. Uwe Boll

##### **WIR SIND DIE NACHT** (2010)

Regie: Dennis Gansel

##### **IM ANGESICHTS DES VERBRECHENS** (TV, 2010)

Regie: Dominik Graf

##### **PARKOUR** (2009)

Regie: Marc Rensing

##### **DIE HITZEWELLE** (TV, 2008)

Regie: Gregor Schnitzler

##### **EINE STADT WIRD ERPRESST** (TV, 2007)

Regie: Dominik Graf

**EMMAS GLÜCK** (2006)

Regie: Sven Taddicken

**NEGER, NEGER, SCHORNSTEINFEGER** (TV, 2006)

Regie: Jörg Grünler

**MEIN BRUDER IST EIN HUND** (2004)

Regie: Peter Timm

**DIE SCHÖNSTE AUS BITTERFELD** (TV, 2003)

Regie: Matthias Tiefenbacher

**SASS - DIE MEISTERDIEBE** (2001)

Regie: Carlo Rola

**KANAK ATTACK** (2000)

Regie: Lars Becker

**DUNKLE TAGE** (TV, 1999)

Regie: Margarethe von Trotta

Georg Friedrich / Janko

Georg Friedrich wurde 1966 in Wien geboren. Nach seiner Ausbildung als Schauspieler an der Wiener Schauspielschule Krauss wirkte er seit 1983 in zahlreichen deutschsprachigen Film- und Fernsehproduktionen mit. Auf der Bühne war er in den vergangenen Jahren unter anderem an der Berliner Volksbühne zu sehen. Auf der Berlinale 2004 gehörte Georg Friedrich zu den europäischen Shooting Stars.

Zu seinen bekanntesten Kinofilmen zählen „Hundstage“ (2001) und „Import Export“ (2007) von Ulrich Seidl, „Die Klavierspielerin“ (2001) und „Wolfzeit“ (2003) von Michael Haneke, „Böse Zellen“ (2003) und „Fallen“ (2006) von Barbara Albert, „Silentium“ (2004) von Wolfgang Murnberger sowie „Knallhart“ (2006) von Detlev Buck. Zuletzt war Georg Friedrich in „Nordwand“ (2008) von Philipp Stölzl und „Contact High“ (2009) von Michael Glawogger auf der großen Leinwand zu sehen.

#### Filmografie (Auswahl)

##### **PARKOUR** (2009)

Regie: Marc Rensing

##### **CONTACT HIGH** (2009)

Regie: Michael Glawogger

##### **NORDWAND** (2008)

Regie: Philipp Stölzl

##### **DAS WILDE LEBEN** (2007)

Regie: Achim Bornhak

##### **IMPORT EXPORT** (2007)

Regie: Ulrich Seidl

##### **FALLEN** (2006)

Regie: Barbara Albert

##### **KNALLHART** (2006)

Regie: Detlev Buck

##### **SILENTIUM** (2004)

Regie Wolfgang Murnberger

##### **WOLFZEIT** (Le temps du loup, 2003)

Regie: Michael Haneke

##### **BÖSE ZELLEN** (2003)

Regie: Barbara Albert

**DIE KLAVIERSPIELERIN** (La pianiste, 2001)

Regie: Michael Haneke

**HUNDSTAGE** (2001)

Regie: Ulrich Seidl

**NORDRAND** (1999)

Regie: Barbara Albert

**OPERNBALL** (TV, 1998)

Regie: Urs Egger

**DER SIEBENTE KONTINENT** (1989)

Regie: Michael Haneke

## **HINTER DER KAMERA**

Marc Rensing / Regisseur und Koautor

Marc Rensing wurde 1974 im nordrheinwestfälischen Gronau geboren. Nach erfolgreichem geleisteten Zivildienst wurde er Mitarbeiter der Filmwerkstatt Münster. Nachdem Marc Rensing eigene Kurzfilmprojekte realisiert hatte, absolvierte er ein Regiestudium an der Filmakademie Baden-Württemberg im Bereich Szenischer Film.

Mit seinen Kurzfilmen wie „Die Schallmauer“ (1996), „Willkommen in Walhalla“ (2001) sowie „Alles in Ordnung“ (2004) war er immer wieder auf Festivals wie den Hofer Filmtagen, dem Filmfest Münster oder den Sehsüchten in Potsdam vertreten, wo seine Werke darüber hinaus mit diversen Preisen ausgezeichnet wurden. Seit 2005 arbeitet er als freier Regisseur und Autor. Mit dem 2009 in Hof mit dem Eastman-Kodak Förderpreis sowie in Baden-Baden mit dem MFG-Star ausgezeichneten PARKOUR liefert Marc Rensing sein Spielfilmdebüt ab.

### Filmografie (Auswahl)

#### **PARKOUR** (2009)

Regie, Idee, Koautor

#### **ALLES IN ORDNUNG** (2004)

Regie, Drehbuch

#### **WILLKOMMEN IN WALHALLA** (2001)

Regie, Drehbuch

#### **FRÜHER SIND DIE HIER NOCH GEFLOGEN** (2000)

Regie, Drehbuch

#### **DIE WELT RETTEN** (1999)

Regie, Drehbuch

#### **DIE SCHALLMAUER** (1996)

Regie, Drehbuch

### Sechs Fragen an Marc Rensing

#### **Wie bist Du zum Filmprojekt PARKOUR gekommen?**

*PARKOUR entwickelte sich 2005 aus einer wahren Geschichte, in der der Anführer einer Jugendclique von seinen besten Freunden auf offener Strasse hingerichtet wurde. Später kam heraus, dass dieser Anführer*

*unter einer schweren Psychose litt und in den Jahren zuvor seine Freunde massiv bedroht und unter Druck gesetzt hatte. Dieser Mechanismus erschien mir anfangs sehr spannend und erzählenswert und war der Auslöser für PARKOUR. Dennoch hat sich die Geschichte dann aus verschiedenen Gründen in eine etwas andere Richtung entwickelt, die aber für mich ebenfalls sehr interessante Wendungen besitzt.*

### **Wie bist Du auf die Idee gekommen, ausgerechnet Parkour als Sportart in den Film mit einzubauen?**

*Die erste Idee war, einen Film über die Freundschaft zwischen drei jungen Männern zu machen, die auf eine harte Probe gestellt wird. Um diese Freundschaft glaubhaft zu machen, war recht schnell klar, dass es ein gemeinsames Interesse eine Leidenschaft, eine Passion geben muss, die die Freunde zusammenschweißt. So stieß ich bereits in einer recht frühen Phase der Buchentwicklung auf Parkour und mir war schlagartig klar, dass diese phantastische Sportart sich für meine Geschichte wunderbar eignet, auch speziell deshalb, weil es beim Parkourlaufen immer darum geht, eigene Grenzen und scheinbar unüberwindbare Barrieren zu überwinden, sowohl äußerlich als auch im Geiste.*

### **Was war die größte Herausforderung bei der filmischen Umsetzung des Drehbuchs?**

*Die größte Herausforderung bestand für mich als Geschichtenerzähler darin, die doch sehr verschiedenartigen Elemente des Buches gekonnt miteinander zu verweben, ohne dass der Film auseinander fällt. Eine Geschichte über krankmachende Eifersucht, die in einer Psychose endet, zu verbinden mit dem Freiheitsgefühl einer Sportart wie Parkour war teilweise schwierig, aber auch gerade der Reiz des Buches. Es musste auch ständig der Verlockung widerstanden werden, einen reinen Sportfilm zu machen. Das Drehbuch hat aber mit seinen thrillerhaften Zügen und den enormen Tempiwechsel schon immer einen einzigartigen Reiz auf mich ausgeübt, so dass es mir leicht fiel, mich da immer wieder hineinzusteigern. Ein weiterer elementarer Teil der Arbeit war es, die Bögen der einzelnen Charaktere so glaubhaft und so intensiv wie möglich auszuarbeiten, weil gerade dieser allmähliche, unaufhaltbare Zerfall aller Strukturen so wichtig für die packende, soghafte Wirkung der Geschichte ist.*

### **PARKOUR ist Dein erster Langfilm. Bedeutete dies bei den Dreharbeiten eine große Umstellung für Dich?**

*Im Prinzip ist ja die Arbeitsweise die gleiche wie bei einem Kurzfilm und daher fiel es leicht, sich wieder in die gewohnten Strukturen zu begeben. Natürlich ist alles etwas größer, es sind mehr Mitarbeiter beteiligt und es gibt natürlich immer auch viele Dinge, die noch dazugelernt werden*

*müssen. Der große Unterschied liegt auf jeden Fall in der Erzählweise und der Dauer der Dreharbeiten. Auch kann man während des Drehzeitraumes noch Einfluss auf die Geschichte nehmen. Das ist ein Vorteil, der auch gerade den Schauspielern sehr entgegenkommen kann.*

### **Was muss bei Dir in einer Beziehung passieren, damit Du eifersüchtig wirst?**

*Eifersucht ist eines der Grundgefühle menschlichen Seins, ähnlich wie Neid und Angst. Selbst Kleinkinder sind teilweise schon eifersüchtig auf ihre Geschwister oder auch auf den Hund, wenn der mehr Aufmerksamkeit bekommt als sie. Es ist auch eines der Gefühle, die schon viel Leid und Zerstörung über die Welt gebracht haben und von daher bin ich glücklich, kein übermäßig eifersüchtiger Mensch zu sein. Was aber nicht heißt, dass nicht auch mir oder auch jedem anderen Menschen so etwas wie unserem Richie in PARKOUR widerfahren kann. Eifersucht kann sehr hinterhältig sein.*

### **Ist der Autor in Dir beim Anblick des fertigen Films mit dem Regisseur in Dir zufrieden?**

*Es ist nicht so einfach, wenn man sich so lange Zeit mit einer Geschichte beschäftigt hat, noch den richtigen Abstand zu besitzen, um hier eine klare Trennung vornehmen zu können. Denn immer ist der Regisseur ja auch der Autor und umgekehrt. Außerdem war ich in diesem Falle ja auch nur Koautor und Ideengeber. Ich wünsche jedoch sowohl dem Drehbuchautor als auch dem Regisseur in mir für die Zukunft viel Kraft, Glück und Mut.*

Rüdiger Heinze / Autor und Produzent

Rüdiger Heinze wurde 1971 im sächsischen Riesa geboren. Nach einer Ausbildung zum Feinmechaniker in der Gröditzer Stahlwerke GmbH absolvierte er zahlreiche Praktika bei Film- und Fernsehproduktionen. Von 1998 bis 2003 studierte er an der Filmakademie Ludwigsburg Spielfilmproduktion mit dem Schwerpunkt Creative Producing. Seitdem arbeitet Rüdiger Heinze als Drehbuchautor und Produzent.

Zu seinen Produktionen gehören „Der Ärgermacher“ (2001), „Such mich nicht“ (2004) und „Der Mann mit dem weißen Bart“ (2005). Als Koproduzent war er zudem mitverantwortlich für die Entstehung von „Blindflug“ (2005), der 2007 die Reihe Perspektive Deutsches Kino auf der Berlinale eröffnete.

Als Drehbuchautor fungierte Rüdiger Heinze bei „Der Mann mit dem weißen Bart“ (2005), wo er auch die Regie übernahm, sowie bei „Neue Gespenster“ (2007). Seit 2005 ist er zudem als freier Autor für die ARD-Sendung „Tigerentenclub“ tätig.

2008 gründete Rüdiger Heinze zusammen mit Stefan Sporbert die Zum Goldenen Lamm Filmproduktion. Gemeinsam produzierten sie bisher neben PARKOUR auch „Die zwei Leben des Daniel Shore“ (2009).

#### Filmografie (Auswahl)

##### **PARKOUR** (2009)

Drehbuch, Produzent

##### **DIE ZWEI LEBEN DES DANIEL SHORE** (2009)

Produzent

##### **NEUE GESPENSTER** (2007)

Drehbuch

##### **DER MANN MIT DEM WEISSEN BART** (2005)

Drehbuch, Regie, Produzent

##### **BLINDFLUG** (2005)

Koproduzent

##### **SUCH MICH NICHT** (2004)

Produzent

##### **DER ÄRGERMACHER** (2001)

Produzent

## Sechs Fragen an Rüdiger Heinze

### **Wie bist Du auf die Idee zu PARKOUR gekommen?**

*Das war eher eine Koproduktion mit dem späteren Regisseur Marc Rensing, der mich auf diese Trendsportart angesetzt hatte. Er hatte darüber im Internet gelesen. Mir war dann auch schnell klar, dass dies die treibende Kraft der Geschichte sein wird. Die Ästhetik und die Energie, die die Protagonisten in diesen kleinen Parkour-Videoclips im Netz ausstrahlen, hatte mich total fasziniert.*

### **Warum hast Du ausgerechnet das Parkour-Laufen als Sportart für den Film ausgewählt?**

*Wie bei fast allen Sportarten spielt die körperliche Fitness eine extrem hohe Rolle bei der Ausübung dieses Sports. Hier kommt aber noch die geistige Fitness dazu. Sich auf das absolut Wichtige zu konzentrieren, ist beim Parkour-Laufen das A und O. Man könnte es fast als Sprintyoga bezeichnen. Wichtig war es mir als Autor aber auch, nicht nur die Abgründe aufzuzeigen, in die eine Figur immer stärker hinabsteigt, sondern dem Zuschauer quasi als Ausgleich immer wieder diese packenden Parkour-Sequenzen zu liefern.*

### **Was war Dir so wichtig daran, eine Geschichte über solch eine extreme Form der Eifersucht zu erzählen?**

*Jeder, der Liebe in sich trägt oder auch nur verliebt ist, kennt dieses Gefühl der Eifersucht, es ist universell und deshalb extrem geerdet. Und diese Erdung war mir bei diesem Stoff wichtig. Deshalb habe ich auch eine Woche bei einer Gerüstbaukolonne mitgearbeitet. Damit ich etwas von deren Lebensrealität, ihren Ängsten und Wünschen mitbekomme. Aber auch um einmal den Arbeitsablauf zu sehen und die Werkzeuge kennen zu lernen.*

### **Was muss bei Dir in einer Beziehung passieren, damit Du eifersüchtig wirst?**

*Vertrauen ist wichtig. Wenn Vertrauen erst einmal gebrochen wurde, ist es schwer in einer Beziehung nicht eifersüchtig zu sein. Bei meiner jetzigen Freundin wurde mein Vertrauen noch nie enttäuscht - oder zumindest weiß ich davon nichts.*

### **Warum hast Du während deines Studiums deinen Schwerpunkt aufs Creative Producing gelegt?**

*Mir war es immer wichtig, Geschichten zu erzählen, wie dies vor Tausenden von Jahren die „Alte“ am Lagerfeuer gemacht hat. Deshalb habe ich am Anfang meines Studiums auch Regie studiert. Bis ich dann merkte, dass ich als Autor und Produzent genauso starke Geschichten erzählen kann wie als Regisseur. Es ist die Liebe zum Geschichtenerzählen die mich treibt, nicht das Organisatorische dahinter.*

**Du bist sowohl Autor des Drehbuchs als auch Produzent des Films. Wie kam es zu dieser eher ungewöhnlichen Doppelrolle?**

*Wenn man als Produzent Fuß fassen will, muss man Stoffe entwickeln. Dazu muss man Geld ausgeben, um an bestimmte Stoffe heran zu kommen beziehungsweise diese entwickeln zu dürfen. Da man am Anfang der Firmengründung nur über wenig Kapital verfügt, war es die logische Konsequenz, mein Knowhow als Autor einzubringen, um den Film machen zu können.*

Stefan Sporbert / Produzent

Stefan Sporbert wurde 1976 in Dresden geboren. Nach dem Abitur studierte er Betriebswirtschaftslehre an der Humboldt Universität Berlin, Kommunikationswissenschaften an der TU-Berlin und machte 2007 den Bachelor of Arts in Film und Fernsehen an der Medienakademie Berlin. Während seines Studiums war er als Produktionsassistent bei der UFA Entertainment AG, als Assistent bei der Running Pictures GmbH sowie als Assistent des technischen Leiters bei der X Verleih AG tätig.

Als Produktionsleiter verantwortete Stefan Sporbert „Der totale Widerstand“ (ZDF, 2002), war Koproduzent von „Such mich nicht“ (2004) sowie Produzent von „Der Mann mit dem weißen Bart“ (2005). Seit 2008 leitet er zusammen mit Rüdiger Heinze die Zum Goldenen Lamm Filmproduktion, mit der er neben PARKOUR auch „Die zwei Leben des Daniel Shore“ (2009) produzierte.

Filmografie (Auswahl)

**PARKOUR** (2009)

Produzent

**DIE ZWEI LEBEN DES DANIEL SHORE** (2009)

Produzent

**DER MANN MIT DEM WEISSEN BART** (2005)

Produzent

**SUCH MICH NICHT** (2004)

Koproduzent, Produktionsleitung

**DER TOTALE WIDERSTAND** (TV, 2002)

Produktionsleitung

Ulle Hadding / Kamera

Ulle Hadding wurde 1977 in Marburg an der Lahn geboren. Sie machte 1997 ihr Abitur und absolvierte danach diverse Praktika als Kameraassistentin und Beleuchterin. 1998 nahm sie ein Kamerastudium an der Filmakademie Baden-Württemberg auf, das sie 2003 beendete. Seitdem arbeitet Ulle Hadding als freie Kamerafrau.

#### Filmografie (Auswahl)

**PARKOUR** (2009)

Regie: Marc Rensing

**DER AUFREISSER** (2006)

Regie: Steffen Weinert

**RABENBRÜDER** (2006)

Regie: Bernd Lange

**ALLES IN ORDNUNG** (2004)

Regie: Marc Rensing

**WEICHEI** (2002)

Regie: Bernd Lange

**WILLKOMMEN IN WALHALLA** (2001)

Regie: Marc Rensing

**MILITÄRISCHES SPERRGEBIET** (2001)

Regie: Bernd Lange

## Zum Goldenen Lamm Filmproduktion

Die Zum Goldenen Lamm Filmproduktion wurde im August 2008 von Rüdiger Heinze und Stefan Sporbert in Ludwigsburg gegründet. Beide zeichnen sich durch langjährige Produktionserfahrung aus und zeigen sich auch als Geschäftsführer verantwortlich. Rüdiger Heinze ist zudem noch als Drehbuchautor für Kino und Fernsehen tätig.

Durch ihre Filme und zahlreiche gemeinsame Arbeiten sind sie in herzlicher Beziehung mit der MFG Baden Württemberg, dem FFF Bayern, der Mitteldeutschen Medienförderung (MDM), dem DFFF, dem SWR, dem HR, dem BR und dem ZDF.

- | 2009 produzierte Zum Goldenen Lamm weiterhin den ersten Kinofilm von Michael Dreher, der mit seinem Kurzfilm „Fair Trade“ zahlreiche nationale und internationale Preise gewann. In den Hauptrollen von „Die zwei Leben des Daniel Shore“ sind Nikolai Kinski und Katharina Schüttler zu sehen.
- | Gedreht wurde der Spielfilm in Marokko und Stuttgart, er startet im Februar 2010 in den deutschen Kinos.
- | .

## **WAS IST PARKOUR?**

Le Parkour – l'art du déplacement (dt: die Kunst der Fortbewegung)

Bei Parkour geht es darum, sich die geistigen und körperlichen Voraussetzungen anzueignen, um jegliche Hindernisse, welche sich einem in seiner Umgebung in den Weg stellen, effizient und sicher zu überwinden.

Hierbei gibt es keine vorgegebenen Wege, Techniken und Hilfsmittel. Ziel des Parkourtrainings ist es, vor keinem Hindernis Halt machen zu müssen und jederzeit bereit zu sein, Problemsituationen zu meistern.

Der Sportler, der Parkour ausübt, wird Traceur genannt.

Wer ist ParkourONE?

ParkourONE ist die Gemeinschaft der erfahrensten Traceure im deutschsprachigen Raum, die sich zum Ziel gesetzt hat, gegenüber Medien, Institutionen und Unternehmen als Ansprechpartner für die Sportart aufzutreten. Wir verstehen uns dabei als Bindeglied zwischen der Öffentlichkeit und den Traceuren, wobei es unser Anliegen ist, dass Parkour nicht zu fremden Zwecken verformt, sondern durch uns Ausübende der Öffentlichkeit in seiner ursprünglichen Form kompromisslos präsentiert wird.

Grund für das stetig steigende Interesse an diesem Sport ist ohne Frage das Wertesystem von Parkour (kein Wettkampf, Kreativität, Respekt, Bescheidenheit, Ehrlichkeit) im Verbund mit intensiver sportlicher Betätigung, die eine ganzheitliche Schulung im gehobenen Maßstab und auf allen erdenkbaren Schwierigkeits- und Anspruchsniveaus ermöglicht.

Weiterführende Literatur zum Thema:

Markus Luksch

Tracers Blackbook - Geheimnisse der Parkour Technik

Verlag: ParkourONE

ISBN-10: 3952355801

ISBN-13: 978-3952355800

Bei Interesse vermitteln wir gerne Interviews mit Sportlern und Akteuren aus der Parkour-Szene. Bitte wenden Sie sich an die betreuende Presseagentur cinevolution.



## **SPORT KANN EIN THERAPEUTISCHES VENTIL SEIN!**

Die Berliner Psychologin Antje Lind hat PARKOUR fachlich betreut. Im Interview erklärt sie, was Richies Krankheit ausmacht und wie sie behandelt werden kann.

*In vielen Beziehungen ist Eifersucht ein Thema. Bei Richie ist dieses Gefühl aber sehr stark ausgeprägt: Er setzt Hannah unter Druck und bringt die Beziehung zu ihr in Gefahr. Wieso ist er so eifersüchtig?*

**Antje Lind:** Das Gefühl von Eifersucht kennen die meisten Leute und ich würde es erst mal recht neutral sehen: Es ist ein Gefühl von vielen. Übermäßige Eifersucht ist besonders bei unsicheren Menschen und Menschen, die ein großes Bedürfnis haben, andere zu kontrollieren, ein Thema. Bei Richie wird es aber extrem, es wird zum Wahn. Er ist extrem misstrauisch und setzt alles zu sich in Beziehung. Denn bei ihm ist es eine Krankheit: Er hat eine Psychose und die Eifersucht ist dabei nur ein Symptom von vielen möglichen. Er leidet zum Beispiel auch unter Halluzinationen und kann seiner Arbeit nicht mehr richtig nachgehen.

*Was war bei ihm zuerst da: Die Krankheit Psychose oder die übertriebene Eifersucht?*

**Antje Lind:** Der Film zeigt sehr gut, dass seine Krankheit eine schleichende Entwicklung nimmt. Das ist typisch für eine Psychose. Manchmal dauert es nur ein paar Wochen, es kann sich aber auch über Jahre hinziehen. Und deshalb ist es für ihn selbst und für Außenstehende sehr schwer einzuordnen, wann die Krankheit beginnt.

*Woran erkennt man sie, was sind Warnzeichen?*

**Antje Lind:** In einer Psychose nimmt der Betroffene selbst sein Verhalten nicht als krank wahr. Wenn jemand zum Beispiel nur eifersüchtig ist, ist häufig ein Problembewusstsein da: Er weiß, dass er eifersüchtig ist und dass das Probleme macht. Das kann auch die Grundlage dafür sein, es zu ändern. In einer Psychose ist die Einsicht nicht mehr vorhanden: Dass die Dinge, die Richie sich da vorstellt, nicht der Realität entsprechen, erkennt er nicht.

*Richie gibt stattdessen den harten Mann und sagt „Mich verarscht keiner!“.*

**Antje Lind:** Das zeigt nur, wie verletzlich er ist. Seine Lebenssituation ist eigentlich sehr ausgewogen: Er hat einen Job, eine Beziehung und Freunde, er hat den Sport. Das sind stabile Säulen. Aber man kann im Film gut sehen, wie all diese Säulen plötzlich zerbröckeln und wie schnell sich die Sicherheit auflösen kann. Die Krankheit verursacht diese Unsicherheit und verstärkt sie gleichzeitig. Richie spricht von einem Flächenbrand. Das ist eine treffende Beschreibung dafür, wie sich die Krankheit ausbreitet.

*Hat Hannah als seine Freundin überhaupt eine Chance, ihm zu helfen?*

**Antje Lind:** Nein, Angehörige können zumindest nicht allein helfen. Vieles ist dann gut gemeint, aber oft hilft es eben nicht. Eine Psychose muss professionell behandelt werden.

*Wie können die Angehörigen lernen, damit umzugehen.*

**Antje Lind:** Sie werden in der psychotherapeutischen Arbeit in der Regel immer mit einbezogen. Sie lernen zum Beispiel, wie sie sich verhalten können, wenn der Partner aggressiv wird. Es ist immer sehr schwierig, wenn ein Partner psychisch erkrankt, denn es hat weitreichende Konsequenzen. Er kann viele Dinge, die man von ihm erwartet, nicht mehr erfüllen. Dinge, die man an dieser Person geliebt hat, sind während dieser Krankheitsphase vielleicht nicht mehr sichtbar und spürbar. Das muss man als Partner akzeptieren lernen und sich anpassen.

*Kann man einer Psychose vorbeugen?*

**Antje Lind:** Grundsätzlich nicht. Aber es ist bekannt, dass es Faktoren gibt, die anfälliger für eine Psychose machen. Man weiß, dass mehrere Faktoren zusammen kommen müssen, um eine Psychose auszulösen. Konkrete Ereignisse wie eine Trennung können diese Krankheit auslösen. Oder auch starker Stress über eine längere Zeit. Außerdem Drogen oder auch Gehirntumore. In der Klinik wird deshalb erst genau untersucht, ob es eine körperliche Erkrankung ist, die die Psychose auslöst, oder ob es keinen organischen Befund gibt. Man geht außerdem davon aus, dass es eine genetische Veranlagung zu dieser Krankheit gibt.

*Richie macht weiter Sport. Kann Sport bei psychischen Erkrankungen wie einer Psychose helfen?*

**Antje Lind:** Ja, es wird deshalb im Rahmen einer Therapie häufig auch empfohlen. Sport bedeutet Anspannung, kann aber helfen, psychische Anspannung zu bekämpfen. Es kann ein therapeutisches Ventil sein.

*Was kann man dafür tun, dass Menschen wie Richie schnell geholfen wird?*

**Antje Lind:** Ich denke, dass da Aufklärung sehr wichtig ist und dieser Film trägt dazu bei. Nach dem Tod von Robert Enke wird plötzlich offen über das Thema Depression gesprochen. Die Öffentlichkeit erfährt, dass es eine Krankheit ist, was sie ausmacht und wie sie behandelt werden kann. Und dass es jeden treffen kann, egal aus welcher sozialen Schicht er kommt oder wie gebildet er ist. Das hilft den Menschen, die davon betroffen sind oder vielleicht irgendwann sein werden, genau so wie den Menschen in ihrer Umgebung. Weil sie informiert werden, wie man die Krankheit frühzeitig erkennt und Hilfe holen kann.

*Sie haben PARKOUR fachlich betreut. Wie sah diese Zusammenarbeit genau aus?*

**Antje Lind:** Der Regisseur und Drehbuch Co-Autor Marc Rensing kam auf mich zu und wollte mehr über Psychosen wissen. Wir haben besprochen, welche Symptome es gibt, und wie ein Mensch mit einer Psychose denkt und fühlt, wie er erlebt und wie schwierig es ist, mit ihm umzugehen. Die Drehbuchentwürfe habe ich dann immer unter dem Gesichtspunkt gelesen, wie schlüssig alles ist und ob es fachlich korrekt ist. Richie hätte zum Beispiel niemand sein können, der beruflich Höchstleistungen vollbringt und sehr erfolgreich ist – das schafft kein Mensch mit einer Psychose. Außerdem ging es zum Beispiel um die Frage, wie jemand in seiner Situation in eine Klinik kommt, er geht ja nicht selbst dort hin. Alles sollte so nah an der Realität wie möglich sein, aber natürlich noch Film bleiben dürfen.

Antje Lind, 32 Jahre, ist Diplom-Psychologin und Psychotherapeutin. Sie war in verschiedenen psychiatrischen Abteilungen, unter anderem in einer psychiatrischen Tagesklinik und Kriseninterventionsstation, tätig. Zurzeit arbeitet sie beim Berliner Verein Karuna e.V. mit suchtkranken und suchtgefährdeten Kindern und Jugendlichen.

Das Interview führte Juliane Gringer. Es kann unter der Nennung des Namens gerne honorarfrei abgedruckt werden.

Sollte Interesse an einem Interview mit Antje Lind bestehen, so wenden Sie sich bitte an die betreuende Presseagentur cinevolution.