

Das neue C-LEG mit Triton-Fuß im Nordic-Walking-Test

Seit 1997 gibt es das C-LEG, seit diesem Jahr die dritte Generation des Bestsellers für Beinamputierte. Unser Autor Michael Kramer hat die neue Version zusammen mit dem brandneuen Fuß „Triton“ im Dauereinsatz beim Nordic Walking ausprobiert.



Anstieg mit Nordic-Walking-Stöcken in Diagonalschritt-Technik auf den Aussichtshügel am Phönix-See in Dortmund Hörde. Das neue C-LEG arbeitet unauffällig und gewohnt gut, der neue Fuß „Triton“ unterstützt verblüffend effektiv den langen Marsch.

Testweise habe ich das Kniegelenk und den Fuß zur Verfügung gestellt bekommen. Im Alltag trage ich eine eher komfortable Kombination aus C-LEG Kniegelenk und C-Walk Fuß. Das Knie überzeugt seit je her durch Sicherheit und Dynamik, der Fuß ist eher für den unauffällig-ruhigen Gebrauch gedacht. Und genau da liegt für den ambitionierten Anwender das Problem: C-LEG ist nicht für sportliche Aktivitäten konzipiert, und somit gab es auch keinen Fuß, der für die eher sportliche Gangart mit richtig hoher Energierückgabe geeignet war. Diese Lücke soll nun der 1C30 „Triton“ schließen, und ich war gespannt auf seine Performance.

Am Tag des Einbaus ging alles zunächst ganz schnell: Prothese angezogen lassen, Knie samt Fuß abschrauben, Schuh retten, neues Knie an den immer noch angelegten Schaft, Rohradapter und Fuß dranschrauben, Software einstellen und los ging's. Schön anzusehen und darüber hinaus praktisch: die



Foto: Autor

Das neue C-LEG verfügt neben dem zweiten Modus nunmehr über einen frei programmierbaren dritte Modus. Dieser ist auf diesem Bild für „Bequemes Stehen“ eingestellt und hilft beim Entspannen nach einer Runde Nordic Walking.

separate Großzehe am Triton, die findet man bei Carbonfederfüßen ja so gut wie gar nicht mehr. Aber was war das? Der Fuß fühlte sich an wie ein Schwamm, die Ferse war beim Auftritt schnell durchgetreten und bei Zehenablösung gab es keine spürbare Energierückgabe. Die Lösung war schnell gefunden: Der Fuß war in der für mich unzureichenden Kategorie 2 geliefert worden, für mein Gewicht und für meinen Aktivitätsgrad benötigte ich aber Kategorie 3. Also, neuer Fuß bestellt, wenige Tage später das Ganze noch einmal und siehe da: Es tat sich was. Und wie! Plötzlich hatte ich das Gefühl, auf einer Tellerfeder zu stehen, beweglich in alle Richtungen und jedes Mal mit sanftem Druck zurück in die Ausgangslage. Keine Spur mehr von schwammig. Ich kam mir vor wie ein Boxer, der auf der Stelle wippt und auf seine Chance wartet, nach vorne oder zur Seite zu schnellen. Das war schon mal ein guter Anfang! „Je mehr Energie du reingibst, umso mehr bekommst du wieder raus. Mit diesem Fuß kannst du bequem joggen“, teilte mir der zuständige Außendienstmitarbeiter mit. Nun ja, joggen wollte ich nicht sofort, aber beim strammen Nordic Walking sollte der Fuß schon zeigen, was in ihm steckt. Und außerdem war da ja noch das neue C-LEG, das ebenfalls begutachtet werden wollte.

Das Auffälligste am neuen C-LEG ist zunächst das braun gefärbte Chassis – Geschmacksache. Augenfreundlicher ist da schon die griffigere Steckerabdeckung auf dem Gelenk, breit und schwarz, die einem das lästige Herumfummeln mit den kleinen roten Steckerchen erspart. Erfreut hat mich auch die Nachricht, dass neben dem zweiten nun auch ein dritter Modus zur Verfügung steht. Wie das geht? Entweder mit der beigefügten Fernbedienung umschalten oder zum Umschalten auf der Ferse wippen anstatt, wie schon vom Vorgängermodell bekannt, auf den Zehenspitzen. Da hätte man doch auch früher drauf kommen können! Also, schnell zwei Modi ausgewählt (ich entschied mich für „Fahrrad fahren“ und „gebeugtes Stehen“) und raus aus dem Sanitätshaus. Die verbesserte Schwunghasenkontrolle mit der geringeren Grundreibung fiel mir nicht auf, die kann man wahrscheinlich messen – aber richtig spüren tut man sie nicht. Da macht sich der überarbeitete Stolperschutz schon deutlicher bemerkbar: Dieser soll, eben in Stolpersituationen, das Gelenk kurzfristig bis zum Blockieren bremsen und bei Entlastung wieder frei geben. Also, gesagt – getan: Ich halte mich an der Eingangstür fest und haue mal mit Wucht den Fuß mit gebeugtem Knie an den Türrahmen, wobei ich mein Körpergewicht auf die gebeugte Prothese übertrage (das macht kein normaler Mensch freiwillig). Und was passiert? Das Erhoffte: Die Prothese blockiert im gebeugten Zustand, ich übertrage mein Gewicht vollständig und gehe mit dem erhaltenen Bein einen Schritt nach vorn. Erst jetzt macht das Knie auf und ich kann weiter gehen. Test bestanden! Für die Fraktion der Kollegen, denen das Gelenk wegen ihrer Körperfülle versagt wurde, gibt es mit der neuen C-LEG-Generation Hoffnung: Es ist jetzt bis 136 kg zugelassen.

Am Abend führt mich mein Weg zum Phönix-See in Dortmund Hörde, der von einem 3,2 km langen Rad- und Wanderweg umfasst wird. Dieser Weg ist sehr breit und sehr neu und in den frühen Abendstunden nicht mehr so stark besucht. Ich hole die Nordic-Walking-Stöcke aus dem Kofferraum, verkabele mich mit Herzfrequenzmesser und Schrittzähler und lege los. Vom Fleck weg brauche ich weniger Kraft zum Laufen, das gesamte Prothesensystem reagiert wie ein Gaspedal auf leichtes Vornüberbeugen des Oberkörpers (da werde ich tatsächlich schneller, weil der Fuß mit dem zusätzlichen Energieangebot aus der größeren Vorspannung des Fußes etwas anfangen kann), was sich am Ende der Runde in einer leicht höheren Durchschnittsgeschwindigkeit bei gleicher Herzfrequenz bemerkbar macht. Am nächsten Tag eine weitere Überraschung: der Anstieg auf den Aussichtshügel vom Phönix-See. Der Weg nach oben ist zwar immer noch anstrengend, aber die Oberschenkel brennen oben nicht mehr so stark wie sonst. Ist das bereits Technik-Doping? Egal, auch wenn's das ist – diese Erfahrung hat sich gelohnt.

Fazit: Das C-LEG hat einen netten Facelift erfahren und steigert sich in Details auf dem sowieso schon hohen Niveau. Richtig gut aber ist der 1C60 Triton. Das geringe Gewicht, die große Dynamikbandbreite und die hohe Beweglichkeit sind eine echte Ergänzung zum bestehenden Fußportfolio der Duderstädter. Dieser Fuß war lange überfällig.

Michael Kramer