

Spaß haben und dabei Koordination verbessern

50 Kinder kommen zur Ferienspielaktion des Dauernheimer Trampolinvereins „Die Kängurus“ – Vor dem Training unbedingt dehnen und aufwärmen

RANSTADT (joh). Mit dem Motto „Wir bringen Schwung in die Ferien“ hatte der Dauernheimer Trampolinverein „Die Kängurus“ nicht zuviel versprochen. Jetzt waren Mädchen und Jungen zwischen 6 und 16 Jahren in die Laisbachschule eingeladen. Knapp 50 Kinder hatten sichtlich Spaß an dem bunten Programm.

Unter professioneller Aufsicht konnten die Kinder die ersten Sprünge auf den zwei Trampolinen wagen, nach ausreichendem Dehnen und Aufwärmen versteht sich. Ohne richtige Vorbereitung können sich auf dem ungewohnten und wackeligen Untergrund leicht die Bänder überdehnen oder sogar reißen. Mit der Hilfe von Trampolintrainerin Jessica Buchholz und ihren Kolleginnen machten die kleinen Trampolinhüpfer rasch Fortschritte.

Zuerst wurde das Gleichgewicht durch Balancieren auf einem Seil trainiert und dann durch Übungen auf dem Trampolin verfeinert. Langsam konnten die Kinder ein Gefühl für das Trampolin entwickeln. Nun wurden die ersten akrobatischen Einlagen geübt. Sich auf den Rücken fallen lassen und wieder auf den Füßen landen, gehörte schnell zum beliebtesten Trick. Mit Hilfe der Trainerinnen gelangen auch die ersten Saltos. „Trampolinspringen ist ein angesagter Trendsport und die Resonanz ist groß. Doch neben dem Spaß hat das Springen auch einen positiven Effekt. Die Kinder gewinnen deutlich an Konzentration und Koordination, was enorm wichtig für das Trampolinspringen wie



Das Trampolinspringen und Jonglieren hat den Ranstädter Kindern sichtlich Spaß bereitet. Dazu eingeladen hatte im Rahmen der Ferienspiele der Dauernheimer Verein „Die Kängurus“.

auch für den Alltag ist“, erklärte Oliver Buchholz vom Trampolinverein. In der Tat gewannen die Kinder schnell an Sicherheit und trauten sich immer mehr zu.

Wem dagegen das Springen nicht zu-

sagte, konnte sich im Jonglieren üben. Unter der Anleitung von Michael Haboeck konnten sich die Kinder hier ausprobieren. Mit dem Lernsystem „Rehoruli“ konnten Jungen und Mädchen ab zehn

Jahren das Jonglieren in nur 60 Minuten erlernen. Zwar klappte es nicht bei jedem auf Anhieb, doch bei dem Einen oder Anderen zeigten sich bald die ersten Erfolge. „Die Kinder sind wegen der vielen neuen

Medien deutlich weniger konzentriert. Das Jonglieren und auch das Trampolinspringen bringt die Kinder dazu, sich mit sich selbst zu beschäftigen und mal längere Zeit an einer Sache dranzubleiben“, sagte Buchholz. Neben den normalen Trainingseinheiten bietet der Trampolinverein deshalb auch jeden Dienstag eine AG in der Laisbachschule an. Seit 2008 konnte der Verein fast 40 Mitglieder gewinnen, die sogar von außerhalb des Wetteraukreises kommen. Ohne die Hilfe der Mitglieder wäre auch die Anschaffung der Trampoline, die sogar olympischen Normen entsprechen und ein besonderes Sprungnetz haben, nicht möglich gewesen. Glücklicherweise kann der Verein auch auf Fördergelder von der Gemeinde zurückgreifen.

Sportliche Erfolge

Die Initiative des Vereins zahlt sich aus: Bei der Trampolin Gaumeisterschaft 2010 belegten die Kinder des Dauernheimer Trampolinvereins die vordersten Plätze.

Oliver Buchholz ist auch mit den Ferienspielen zufrieden. „Heute hat alles gepasst. Super Stimmung, und das Wetter hat auch mitgespielt. Es haben mehr Kinder als erwartet mitgemacht und der Ablauf hat gut geklappt. Aber Hauptsache, die Kinder hatten ihren Spaß.“ Zusammen mit den Betreuern gab es für die jungen Teilnehmer nach dem doch anstrengenden Tag ein gemeinsames Pizzenessen.

Wer Interesse am Trampolinspringen hat, kann sich bei Jessica Buchholz unter 06035/18450 oder 0171/2235653 informieren.

Foto: Giar