

Schreihälsa, Motivationshanteln und lebende Objekte

Kindersport: 1300 Mädchen und Jungs aus Sindelfinger Schulen und Kindertagesstätten entdecken beim Aktionstag „Mach mit. Werde fit.“ neue Disziplinen

„Der Aktionstag hat eine tolle Entwicklung genommen“, freut sich Projektleiter Rüdiger Fürstenberger von der Bürgerstiftung Sindelfingen. „Total überlaufen“ sei die sechste Auflage von „Mach mit. Werde fit.“, bestätigt deren Vorsitzender Joachim Schmidt. 1300 Kinder lernen dabei an 33 Stationen neue Sportarten kennen. Rekordverdächtig.

VON MICHAEL SCHWARTZ

SINDELFINGEN. „Wir hatten sogar noch viel mehr Anfragen“, stellt Schmidt klar, „konnten leider gar nicht alle bedienen.“ Beeindruckend ist es dennoch, was die Bürgerstiftung hier Jahr für Jahr auf die Beine stellt. Nicht nur die schiere Masse an Mädchen und Jungs, die in drei Schichten ankommen. Auch die Zahl an Helfern oder die Bereitschaft in den Vereinen, den Aktionstag ehrenamtlich zu unterstützen.

Nicht im Alltag anwenden: „Dürft ihr zu Hause schreien?“ Blerim Bala kennt die Antwort auf seine Frage natürlich schon. „Bei uns könnt ihr es“, lächelt er. Die Mädels und Jungs an seiner Taekwondo-Station grinsen mit. Aber der 33-Jährige richtet auch ein paar ernste Worte an die Kids. Beispielsweise, dass sie die Sachen, die sie gleich lernen werden, nicht im Schulhof oder auf der Straße anwenden dürfen. Oder, dass sie erst dann loslegen sollen, wenn sie sich richtig aufgewärmt haben. Neben Respekt ist bei der koreanischen Kampfsportart nämlich auch Disziplin entscheidend. Nach ein paar Grundübungen dürfen alle noch mehrmals gegen eine Pratte schlagen und kicken. Und natürlich den eingangs erwähnten Kampfschrei „Kiai“ lauthals loswerden.



Kampfkunst und Tanz kombiniert: Capoeira war eine der exotischen Sportarten beim Aktionstag



An Reiten war bei dem rutschigen Boden nicht zu denken: Die Kinder freuten sich aber auch, die Pferde streicheln und füttern zu dürfen



Schweißtreibendes zum Abschluss: Als vierte Station wartete der Super Dance auf alle 1300 Teilnehmer

Fotos: Thomas Bischof

Wackeliger Untergrund: Ein paar Meter weiter lässt sich davon aber niemand aus der Ruhe bringen. Gebannt starrt die kleine Leonie Richtung Leinwand, wo ein animiertes Männchen einen schneebedeckten Abhang hinunterrast. Sie selbst ist in ihren Skistiefeln tief in die Hocke gegangen, presst die Stöcke ganz fest an ihre Seite, lehnt sich mal nach links, mal nach rechts und hüpf, wenn es sein muss. „Viele wollen erst gar nicht auf die Skier, aber sobald es vorbei ist, möchten sie gleich nochmal“, erzählt Snowboard-Lehrerin Stefanie Müller von der Skischule Sindelfingen. Ob das wohl an der Medaille liegt, die jeder Teilnehmer bekommt? Bevor es an das Abfahrtsvideo geht, übt die 34-Jährige mit den Kindern noch ein wenig das Balancehalten auf Slackline und begehbarer Wippe. „So bekommen sie ein gutes Gefühl für den wackeligen Untergrund.“

Instinktiv falsch: Standfestigkeit ist auch bei den Radballern vom VfL Sindelfingen gefragt. Emre hat die Sache mit dem Gleichgewicht schon ziemlich gut raus, reißt auch mal am Lenker, um ganz kurz nur auf dem Hinterrad zu stehen. „Es gibt welche, die sind recht fix“, nickt VfL-Fachwart Uwe Bossert, „obwohl die Radballmaschine einen ganz anderen Schwerpunkt hat als übliche Fahrräder.“ Einige von Emres Klassenkameraden bekommen hingegen beim Kreisefahren noch ein bisschen Stütze. Sowie so ist Radball keine Sportart, die man von heute auf morgen erlernt. „Bis man es richtig kann, dauert es um die sechs Jahre“, erläutert Bossert. Deshalb dürfen die Mädels und Jungs während des Aktionstags beim Schießen ihre Füße auf den Boden stellen. Kompliziert bleibt es trotzdem, instinktiv drehen sie den Lenker in die falsche Richtung und schießen nicht mit dem hinteren Teil des Vorderrads. „Für uns ist das selbstverständlich“, sagt Bossert, „aber da sieht man mal, wie schwierig die Sportart für Anfänger ist.“

Zu schnell zu viel: Einen etwas leichteren Einstieg – im



Backen aufpusten und durch: Gute Sprungkraft bei der Leichtathletik

Fotogalerie im Netz

KREISZEITUNG online

Weitere Bilder vom Aktionstag „Mach mit. Werde fit“ im und um den Glaspalast unter www.krzbb.de/Fotogalerien

wahrsten Sinne des Wortes – ermöglichen die VfL-Gewichtheber. „Das sind unsere Motivationshanteln“, zwinkert Sebastian Pawlik. Die Scheiben sind gleichgroß wie bei den Wettkämpfen, allerdings aus Kunststoff und mit Luft gefüllt. So hat Tom auch keine Probleme, sie strahlend über den Kopf zu stemmen. „So ein Erfolgserlebnis beim ersten Mal ist immer schön“, bestätigt Pawlik. Zunächst bringt der 30-Jährige, der sich extra freigenommen hat, den Grundschulern aber die Basics bei. Beim Gewichtheben geht es nicht sofort ans schwere Gerät, Koordination, Technik und Schnellkraft sind mindestens genauso wichtig wie Muckis. „Die Kleinen wollen manchmal zu schnell zu viel“, so Pawlik, „aber das hier ist lebenslanges Lernen.“

Tränen wegen der Rinne: Eine Nischen-sportart, die um Nachwuchs kämpfen muss,

ist auch das Kegeln. „Bowling kennen viele“, sagt Stevan Fuks vom VfL Sindelfingen. „Deshalb wundern die sich auch, dass man bei uns keine Seitenwände hochfahren kann.“ Die Kinder konkret in die Kunst mit der Kugel einzuführen, sei utopisch, meint er. „Aber die Freude in den Äuglein, wenn sie mal ein paar Kegel treffen, ist herrlich.“ Es gebe welche, die saugen alles auf, was er und Hermann Hornikel ihnen schildern. „Anderere wissen schon alles“, winken der 68- und der 78-Jährige ab. „Dann fließen auch mal Tränen, wenn sie nur die Rinne treffen.“

Auspowern: Bei der vierten und letzten Station, die alle Kinder absolvieren, tropft eher der Schweiß auf den Boden des Glaspalasts. „Seid ihr überhaupt



Schmetter leichtgemacht: Hilfestellung beim Volleyball für die ganz Kleinen

noch fit?“, fragt Monika Schreiber von der Sportwelt. Kurz darauf schallt ihr ein lautes „Jaaaa!“ entgegen. Also startet die Musik, und die Jungs und Mädchen machen das nach, was die Vortänzerin ihnen zeigt. Arme hoch, von links nach rechts winken, kreisen lassen, schnelle Schritte auf der Stelle und dann noch springen. Diesen Super Dance gab es bei „Mach mit. Werde fit.“ schon vergangenes Jahr. „Zum Abschluss noch ein Highlight“, findet Schreiber den gemeinsamen Tanz „ganz funny“. Nach dem finalen Auspowern schmecken die gespendeten Brezeln, Apfel und Bananen schließlich doppelt so gut.

Lehrstunde: Ums Füttern geht es auch beim RV Sindelfingen. Reiten fällt buchstäblich ins Wasser, also zeigen die Vereinsmitglieder einige Aspekte der Pferdepflege. „Eine kleine Lehrstunde mit lebendem Objekt“, sagt Lisa Pölster lachend. Um in den Sattel zu steigen und ein wenig über die Wiese zu traben, sei der Boden zu nass, tief und rutschig. „Der ein oder andere ist vielleicht sogar ganz froh, dass er nicht rauf muss“, denkt Lisa Pölster. Grundschulern Marie hat auch großen Spaß daran, die Pferde nur zu streicheln. Die Schulungstiere sind schließlich geduldig.

Freude bereiten: Auch die vielen Helfer in und um den Glaspalast tun alles, damit die Kinder ein unvergessliches Erlebnis mit nach Hause nehmen. Unter ihnen auch sieben Mitarbeiter vom Daimler, die als Riegenführer einen sozialen Tag hier absolvieren. „Wir haben ein Projekt im Center, das nennt sich ‚Freude‘“, beschreibt Angela Dworschak und führt dann weiter aus: „Es geht – wie der Name schon sagt – darum, anderen eine Freude zu bereiten. Ein Vortrag im Altenheim, einen Sandkasten bauen, oder eben so etwas.“ Das Projekt findet sie „total klasse“. Die 48-Jährige und ihre Kollegen vom Werksstudenten bis zum alten Hasen nehmen die Teilnehmer an den Bussen in Empfang und führen sie zu den Stationen. „Manchmal müssen wir auch motivieren oder einen Streit schlichten“, erzählt die Sachbearbeiterin.



Und jetzt hüpfen: Bei der Abfahrtsimulation an der Station der Skischule Sindelfingen gehen die Kids voll konzentriert zu Werke