

Über den Bildschirm hin zu mehr Fitness

Zwischenbilanz bei Online-Bewegungsprojekt von TSG Wilhelmshöhe und Uni Kassel

VON WOLFGANG BAUSCHER

Kassel – Es war ein Abenteuer. Neu für alle Beteiligten. Und obwohl keiner zuvor einschlägige Erfahrungen gesammelt hatte, sind sie zufrieden. Anfang Februar hatten der Förderverein Handballjugend der TSG Wilhelmshöhe und das Sportinstitut der Uni Kassel ihr Bewegungsprojekt „GetUp, StandUp, MoveUp“ für Grundschulkindern gestartet. Nun zogen sie Zwischenbilanz und pflanzen die Zukunft.

„Wir fühlen uns darin bestätigt, das Projekt initiiert zu haben. Das belegen die freudigen Gesichter der Kinder und die Resonanz der Eltern“, sagt Projektleiterin Julia Limmeroth, Doktorandin am Sportinstitut. Nahmen anfangs 80 Kinder teil, so sank die Zahl inzwischen auf rund 50. „Für einige war es wohl eine zu große Herausforderung, sich online mit fremden Kindern und Gruppenleitern zu befassen. Und Training im Verein ist ja teilweise wieder möglich“, sagt Limmeroth. Bei denen, die blieben, habe sich ein starkes Gruppengefühl entwickelt.

Im Vordergrund stehen gemeinsames Spiel und der Spaß an der Bewegung sowie die sportartübergreifende ko-



Trockenschwimmen: Jona Wießner, Übungsleiter des Bewegungsprojekts, beim Training mit den online über das Laptop präsenten Grundschulkindern.

FOTO: ANDREAS FISCHER

ordinative Schulung. „Wir wollen die Kinder in die Lage versetzen, dass sie im Fall von Lockerungen im Sommer wieder Sport im Verein machen können oder damit anfangen“, sagt Limmeroth.

Zentrale Figuren des Projekts sind die Übungsleiter. Waren dies zu Beginn nur Studierende, so übernahmen inzwischen Jugendliche aus den Reihen der TSG. So wie Mia Claus. Die 14-Jährige ist seit fünf Jahren für die TSG aktiv und tritt dort künftig in der B-Jugend an. „Es ist total



Julia Limmeroth,
Projektleiterin

cool, Kinder zu bewegen, obwohl die zuhause sind. Live gesehen habe ich sie noch nicht“, sagt sie. Eine Beziehung aufbauen könne man zu ihnen dennoch: „Die Kin-

der sind absolut motiviert. Einige waren am Anfang ein bisschen schüchtern, wurden aber bald immer offener. Sie sind mir ans Herz gewachsen. Auch untereinander seien sich die Kinder vertraut. „Jeder sieht jeden über eine kleine Galerieansicht. Sie erzählen auch mal vom Alltag“, sagt Claus.

Einer der als Übungsleiter tätigen Studierenden ist Jona Wießner. „Ich habe zuvor schon in der Grundschule AGs geleitet. Als man mich hier gefragt hat, habe ich so-

fort zugesagt“, berichtet der 22-Jährige. „Die Erfahrungen, die man dabei sammelt, kommen mir später im Unterricht zugute“, sagt der Lehramtsstudent. Spannend seien die Einheiten, und „durch den Online-Modus auch schwieriger, als Training vor Ort. Das ist schon eine hohe Hürde. Aber es funktioniert, man muss eben einfühlsamer sein.“ Hauptsächlich macht Wießner mit seiner Gruppe Wettbewerbspiele. Wie zum Beispiel beim Triathlon: „Wir stellen alles nach. Schwimmen, Laufen, Radfahren. Es klappt.“

Jetzt, zum Start der zweiten Phase des Projekts, entwickeln Limmeroth und die Studierenden dieses weiter. „Wir möchten alles noch vielfältiger gestalten. Gern würden wir ein Wechselmodell beginnen“, sagt sie. Die Einheiten sollen dann teils zuhause, teils gemeinschaftlich auf dem Sportplatz am Institut stattfinden. „Um sich endlich auch mal zu sehen. Das hängt aber von den Corona-Bestimmungen ab. Wir müssen natürlich vorsichtig sein und gehen kein Risiko ein“, sagt Limmeroth. Plätze für Neueinsteiger gibt es, Informationen dazu über die Jugendleitung der TSG.

FOTO: DIETER SCHACHTSCHNEIDER