

Schnuppertag: Trockenschwimmen in der Turnhalle

Triathlon macht Schule: Schüler der Cadenberger Schule Am Dobrock testen neues Sportprojekt des Triathlonverbandes

VON ROLAND AHRENDT

CADENBERGE. Triathlon? Da denken viele an den Ironman auf Hawaii, an körperliche Höchstleistung, an ungesunde Grenzerfahrungen beim Schwimmen, Laufen und Radfahren. Ein falsches, eher abschreckendes Bild vom Sport vermittele das, sagt Triathlon-Experte Heino Grewe-Ibert. In der Cadenberger Schule zeigte er gestern den Schülern, dass man einen Triathlon sogar in der Turnhalle ausrichten kann – ohne Wasser und ohne Fahrrad, dafür mit sehr viel Spaß und Freude. Und um körperliche Höchstleistungen ging es schon mal gar nicht.

95 Schüler der Schule Am Dobrock bekamen gestern ein besonderes Probetraining geboten. Trockenschwimmen, Laufen und Ballwurf im Liegen lauteten die Disziplinen, in denen sich die Siebtklässler ausprobieren durften – fachlich angeleitet von Heino Grewe-Ibert und Nicole Arendt vom Niedersächsischen Triathlonverband und von Andrea Strunck vom VfL Wingst.

Aus Freude am Sport: Spaß an der Bewegung und ein gutes Gruppengefühl waren das Ziel des gestrigen Schnuppertages an der Schule Am Dobrock.
Foto: Ahrendt



Die ungewöhnliche Schul-sportstunde war der Auftakt für das Projekt „Triathlon macht Schule“ (TRiMaS), dessen Partner

die Schule Am Dobrock seit Kurzem ist. Sie hatte sich bei dem Projekt des Niedersächsischen Triathlonverbandes beworben –

ein integratives Vorhaben, das vom Landessportbund, von der Lotto-Sport-Stiftung und vom Niedersächsischen Innenministerium finanziert wird. Als eine von wenigen Schulen im ganzen Land ist sie nun in den kommenden zwei Jahren „TRiMaS“-Partnerschule.

Heino Grewe-Ibert – langjähriger Motor für viele Sportereignisse in Hadeln – ist Projektleiter beim Verband. Für ihn war der

Termin gestern daher eine Art Heimspiel. Es geht darum, Kinder zur Bewegung und zu gesunder Ernährung anzuhalten, ihnen über den Sport zu Erfolgserlebnissen und einem positiven Gruppengefühl zu verhelfen und ihnen soziale Kompetenzen zu vermitteln. Triathlon eigne sich dafür besonders, sagt Projektmitarbeiterin Nicole Arendt. „Schwimmen, Laufen und Radfahren sollte jeder können.“ Ziel sei es aber nicht, Kinder zu überragenden Sportlern auszubilden und Nachwuchstalente zu gewinnen. Wenn jemand am Ende gerne dabei bleiben wolle, sei das ein positiver Nebeneffekt – mehr aber auch nicht.

Nach einer Anlaufphase soll das Triathlon-Training ein festes Angebot im Ganztagsschulbereich werden: Nach weiteren Schnuppertagen für Schüler der achten Klassen ist geplant, ein Team von 30 Schülern zusammen zu stellen, die längerfristig dabei bleiben wollen. „Das sind dann die, die wirklich wollen und die mitziehen“, sagt Schulleiter Thorsten Fastert. Dabei will er auch Schüler gezielt ansprechen, die sich das Ganze nicht zutrauen oder deren Eltern sich Sportangebote für ihre Kinder nicht leisten können. „Wir wollen einen gesunden Mix von starken und schwachen Schülern – in der Gruppe werden alle mitgezogen.“



» Man strengt sich mehr an und entwickelt Ehrgeiz. Ich mag das Laufen am liebsten. «
CHRISTOPH AHLF,
13 JAHRE



» Ich finde Triathlon ganz cool und der Teamgeist gefällt mir super. «
SINA BRÖCKELMANN,
13 JAHRE



» Ich spiele schon Fußball und mag Laufen und Radfahren gerne. «
JAN-HENDRIK MAHLER,
12 JAHRE