

Bericht zum Schnupperkurs vom 2. bis 5. April in Wuppertal



Zum ersten Mal fand ein abwechslungsreiches Sportferienprogramm für Kinder im Alter von 8-13 Jahren in der Sportbildungsstätte der Polizei statt. Untergebracht waren wir ebenfalls in der Sportbildungsstätte. Uns stand eine Schwimmhalle, eine Dreifachsporthalle, Judo- und Krafraum, sowie der Sportplatz zur Verfügung. Alles konnten wir problemlos zu Fuß erreichen. Am ersten Nachmittag gingen wir durch den nahe gelegenen Wald steil bergab zum Sportplatz, wo wir unsere erste Sportstunde mit vielen Laufvarianten und verschiedenen Kraftübungen gestalteten. Bevor es zum Abendessen ging, vergnügten wir uns noch im Schwimmbad, wo wir lustige Mannschaftswettbewerbe durchführten und es viel zu lachen gab. Dienstag Vormittag nutzten wir den Judoraum und konnten auf den Judomatten



verschiedene Technikübungen ausprobieren. Nach hoher Konzentration beendeten wir diese Stunde noch mit Ballspielen. Am Nachmittag fanden Übungen zum Weitsprung von Kästen und Minitrampolin in der Halle statt.

Von den Kästen aus gelang man in eine längere Flugphase, in der man die Weitsprungbewegung besser erfahren konnte. Zum Abschluss durfte Fußball einfach nicht fehlen.

Nach diesem vielen Sport mussten wir die Kinder am Mittwochmorgen zum ersten Mal wecken. ☺ So ließen wir den Vormittag locker angehen und bauten das große Trampolin in der Halle auf. Eine Hälfte der Kinder wollte lieber Fußball

spielen und die anderen lernten die Grundsprünge auf dem Trampolin. Danach stürzten sich alle noch einmal ins Wasser.



Mit der Schwebbahn fuhren wir nach dem Essen zum Wuppertaler Zoo und verbrachten dort einen erholsamen Nachmittag.

Mittwochabend fand, wie an den anderen Abenden zuvor auch, ein Gesellschaftsabend statt. Neben vielen Luftballonspielen gab es auch Kräfteressen der Bauchmuskulatur, wo unsere jüngste Teilnehmerin stolz gewann.

Donnerstag hieß es auch schon wieder Taschen packen und Zimmer aufräumen. Dann liefen wir in der Halle Inliner, lernten die Falltechnik, Kurvenläufe und Sprünge. Zum Abschluss war Inlinerhockey angesagt, wo es natürlich robust zugeht. Nach dem Mittagessen und Zimmerräumen vergnügten wir uns ein letztes Mal im Schwimmbad, ehe wir uns voneinander verabschiedeten und die Kids sich mit ihren Eltern auf die Heimreise machten.

An allen 4 Tagen wurden die Sportstunden sehr abwechslungsreich gestaltet, so dass die 10 sehr sportlichen Kinder, viele verschiedene Bewegungen und Spiele kennen lernen konnten.

Vielleicht treffen wir uns alle schon sehr bald bei den Gehörlosensportveranstaltungen wieder?



Petra Klein