

Wo sich kleine Allroundtalente austoben können

Zu Besuch in der Kindersportschule des Tuspo Nürnberg



Paolo findet Tanzen und Singen blöd. Viel mehr freut sich der Fünfjährige auf das Geräteturnen bei der Kindersportschule (KiSS) in der Turnhalle des Tuspo Nürnberg, das sich durch die mitten in der Halle abgestellten Matten- und Kastenwagen schon andeutet. Seine neun Mitstreiter beäugt Paolo deswegen sehr skeptisch, als sie hoch erfreut zusammen mit ihrem Trainer Henning Braunsdorf ihre zwei einstudierten Lieder, die laut aus dem CD-Player tönen, mitsingen und mit vollem Körpereinsatz nachtanzen.

Der Übungsleiter versucht den etwas abseits stehenden Paolo mit aufmunternden Worten zum Mitmachen zu animieren, doch der Fünfjährige verschwindet hinter den hoch aufgestapelten Bodenmatten, um der Tanzzeremonie zu Beginn der Stunde zu entkommen.

Die KiSS ist ein vom Schwäbischen Turnerbund 1989 entwickeltes Konzept, welches den Kindern in erster Linie Spaß an der Bewegung und am Sport vermitteln will. Über vielfältige sportartenübergreifende Spiel- und Übungsformen, die an die jeweilige Entwicklungsphase der Kinder angepasst sind, werden die zwei- bis siebenjährigen KiSS-Teilnehmer für alle möglichen Sportarten vorbereitet.



Der Bayerische Landessportverband (BLSV) und der Bayerische Turnverband (BTV) übernahmen vor einigen Jahren das Konzept. Der Tuspo ist neben dem ATV Frankonia erst der zweite Verein in Nürnberg, der die nach einheitlichen Ausbildungsrichtlinien geführte Kindersportschule anbietet.

Spielerisches Muskeltraining

Paolo fiebert dem Aufbauen des Geräteparcours entgegen und ignoriert auch, dass seine neun Mitstreiter mittlerweile etwas für ihre Muskelkraft tun – auf spielerische Art und Weise. Die drei Mädchen und sechs Jungen liegen im Kreis auf dem Rücken, die Füße eng aneinander gereiht. Ihr Trainer animiert sie zu Situps, indem sie eine Blume imitieren, die tagsüber ihre Blüten öffnet und nachts wieder zusammenfällt. «Jeden Tag öffnet sie ihre Blütenblätter und jeden Abend gehen sie wieder zu. Am Montag, am Dienstag...» «Und dann am Donnerstag», schreit die vierjährige Emily erfreut in die Menge.

Die erste Hälfte der 60-minütigen Sportstunde ist vorbei und die Kinder versammeln sich an der Bank zu einer Trinkpause. Paolo und zwei andere Jungs ahnen nun schon, dass es bald losgehen wird mit dem Geräteturnen und springen wie wild um und auf dem Mattenwagen und dem Kasten herum.

Alle müssen nun anpacken, um den Geräteparcours aufzubauen. Auch Teamarbeit wird in der Kindersportschule groß geschrieben. Mit vereinten Kräften ziehen vier Kinder eine Bank Richtung Trampolin. Von der anderen Seite schieben vier andere Mitstreiter die große Weichbodenmatte heran – die Jungs versuchen es mit dem Kopf, die Mädchen stemmen sich mit den Händen dagegen. Im Handumdrehen sind die vier Stationen aufgebaut.

Beim Sport gelten die «Goldenen Regeln»

Paolo visiert sofort das Trampolin an, dass man nur über eine davor gestellte Bank erreicht. Doch bevor sich Paolo auf das Trampolin stürzt, weist ihm der Trainer eine besondere Aufgabe zu: «Was müssen wir beachten beim Geräteturnen?», fragt er in die Runde. «Nicht schubsen, nicht drängeln, nicht kratzen und nicht hauen», zählt Paolo die sogenannten «Goldenen Regeln» auf.

Die Förderung der Teamfähigkeit gehört genauso dazu, wie die Förderung von Gleichgewichtssinn und Reaktionsfähigkeit. Paolo ist nun nicht mehr aufzuhalten. Er läuft auf das Trampolin zu. Den anschließenden Purzelbaum auf die Weichbodenmatte hat er mittlerweile zu einer gekonnten Flugrolle ausgebaut. Die anderen tun es ihm nach – jeder auf seine eigene Art und Weise, aber immer mit der tatkräftigen Unterstützung vom Trainer.

Nachdem sich die Kinder einige Zeit an ihren Rückwärtsrollen, dem Balancieren, Herunterspringen und Purzelbäumen geübt haben, versammeln sich immer mehr bei ihren Trinkflaschen. «Ich schwitze voll», sagt die vierjährige Elisa erschöpft und mit roten Wangen. Paolo ist von den Geräten jedoch nicht mehr wegzubringen – auch nicht, als sich die anderen nach Trainingsende schon in die Umkleidekabine verabschiedet haben.

«Paolo liebt halt das Geräteturnen und weniger die Spiele davor», resümiert Braunsdorf mit einem Lächeln. «Aber es macht ihm trotzdem Spaß, denn er hat noch kein einziges Mal gefehlt.»

Weitere Informationen

gibt es im Internet unter der Adresse:

www.kiss.tuspo-nuernberg.de

Katrin Meistring

NZ 15.06.09