8A6LniQo

Kinder Nachrichten

Wissenswert: [FRE]stunde!

Besuch von den Fußball-Stars

Der FC Nöttingen spielt gegen Bayern München

FUßBALL

Die Spieler de FC Nöttingen haben sogar ein Lied zum Spiel aufgenommen. (Foto: Jürgen Hecht/FC Nöttingen/dpa)

Remchingen. (dpa) Einmal gegen den großen FC Bayern München spielen! Davon träumen viele Fußballer. Für die Spieler vom FC Nöttingen wird dieser Traum am Sonntag wahr. Die Mannschaft aus dem Bundesland Baden-Württemberg ist aber nicht in die Bundesliga aufgestiegen. Der FC Nöttingen spielt normalerweise in der fünften Liga. Die beiden Vereine treffen in einem anderen Wettbewerb aufeinander: dem DFB-Pokal. Das ist ein Turnier für Fußball-Vereine in Deutschland. Dabei spielen auch mal kleine Clubs gegen große. Bayer 04 Leverkusen trifft am Samstag zum Beispiel auf den Verein Sportfreunde Lotte aus der vierten Liga. In solchen Spielen dürfen die kleinen Clubs zu Hause antreten. Das Stadion vom FC Nöttingen wäre für das Spiel gegen die Bayern aber zu klein. Schließlich wollen viele Fans zuschauen. Deshalb wird auf dem Platz eines anderen Vereins gespielt. Die Leute vom FC Nöttingen freuen sich schon auf das besondere Erlebnis. Sie haben sogar extra ein Lied dafür aufgenommen.

Möglichst ohne viel Kraftaufwand über Hindernisse springen, ist eines der Ziele von Parkour. Was hier ganz leicht aussieht, muss anfangs hart trainiert werden. Ella (links) und Cedric üben fleißig. (Fotos: Rothmeier)

Schnell und sicher über Hindernisse

Für die Sportart Parkour sind ein gutes Gleichgewicht und Kraft wichtig

SPORT

Regensburg. (rev) Parkour – so heißt eine spannende Sportart, bei der sich die Profis in rasendem Tempo scheinbar mühelos über Parkbänke, Zäune und Mauern durch die Stadt bewegen. Für Kinder und Anfänger ist es besser, die Sprünge erstmal in einer Turnhalle auszuprobieren. Eine perfekte Gelegenheit dazu bieten die Ferienworkshops, die der Verein Parkour Regensburg anbietet.

Gleichgewicht halten, auf einem Gerüst balancieren und möglichst ohne viel Kraftaufwand sicher über Bänke und Kästen springen – das steht im Mittelpunkt des ersten von zwei Workshoptagen, die Max Rieder, Vorsitzender des ersten Regensburger Parkour-Vereins, leitet. Der erfahrene Trainer achtet zusammen mit Vereins-Kollegin Ella vor allem darauf, dass alle Spaß haben und niemand sein Können überschätzt. „Wir fangen mit ganz kleinen Sprüngen und möglichst langsam an, damit niemand sich überfordert", erklärt er. Einer der jüngsten der 16 Teilnehmer ist Cedric. Der Siebenjährige ist mit Feuereifer bei der Sache. „Ich springe auch daheim oder im Garten gerne über alle möglichen Sachen und meine Mama hat mir dann von Parkour erzählt. Das wollte ich sofort ausprobieren", erzählt er.

Vom Workshop ist Cedric total begeistert: „Das macht voll Spaß und ich lerne ganz viel", freut er sich und saust auch schon wieder weiter, um erneut die in der Turnhalle aufgebaute Hindernissbahn aus verschieden hohen Kästen zu überqueren.

Wenn Trainer Max das hört, ist er zufrieden, denn er und sein Team wollen, dass die Jungs und Mädchen bei diesem Kurs einen Einblick in Parkour erhalten. Sie sollen lernen, dass der Sport nichts mit den waghalsigen Sprüngen zu tun hat, die auf vielen Youtube-Videos zu sehen sind und oft einen falschen Eindruck vermitteln. „Wir springen nicht über Häuserschluchten oder machen sonst irgendwelche unverantwortlichen Sprünge", betont der 27-Jährige.

Parkour als Unterrichtsfach

Die Jungen und Mädchen in der Turnhalle schwitzen und strahlen derweil gleichzeitig. „Das Training ist ganz schön anstrengend", gibt Lisa zu. Die 17-Jährige besucht das Goethe-Gymnasium in Regensburg. Dort wird die Sportart im kommenden Jahr im Unterricht angeboten. „Hier kann ich schon mal die Grundlagen lernen. Ich überlege sogar, dem Verein beizutreten, weil es so Spaß macht", verrät sie.

Max macht den Teilnehmern die einzelnen Sprünge immer genau vor und gibt auch Hilfestellung. Denn gerade für die Kleinen sind die Hindernisse oft noch sehr hoch. Dem zehnjährigen Ole macht das aber überhaupt nichts aus. „Ich übe einfach immer weiter, bis ich es von alleine schaffe", sagt er total motiviert. Und die Sprünge klappen tatsächlich schnell immer besser.

Der „Katzensprung" gefällt Ole von allen Gelernten am besten. Dabei springt man mit beiden Füßen vom Boden ab und die Arme schwingen auf das Hindernis zu – zum Beispiel ein Kasten, wie man ihn aus der Turnhalle kennt. Dann zieht man die Beine zur Brust und schwingt sie durch die Arme über das Hindernis. „Erst hab ich immer Angst gehabt, mit den Füßen hängenzubleiben, aber jetzt klappt's super", freut sich der Zehnjährige.

Nach drei Stunden ist der erste Workshop-Tag eigentlich zu Ende, aber ans Aufhören wollen die meisten noch nicht denken. Unter den Augen von Max und Ella balancieren sie noch weiter über das Gerüst oder probieren Sprünge aus. „Wir freuen uns schon auf den zweiten Teil", sind sich alle einig.

Wer Lust hat, sich weiter über die Sportart Parkour zu informieren oder an einem Schnuppertraining teilnehmen möchte, findet alle Infos dazu im Internet unter www.parkourregensburg.de.

Trainer Max erklärt Ole einen Sprung.

Nach dem Unglück am Mittwoch suchten viele Helfer im Meer nach Vermissten. (Foto: Italian Navy/epa)

Unglück im Mittelmeer

Ein Boot mit vielen Flüchtlingen ist gesunken

Rom/Brüssel. (dpa) Die Helfer suchten mit Hubschraubern und Booten das Meer ab. Sie hofften, Überlebende zu finden. Denn am Mittwoch war im Mittelmeer ein Schiff gesunken. An Bord waren mehrere Hundert Menschen aus Afrika und Asien. Sie wollten mit dem Schiff nach Europa gelangen, um ein besseres Leben zu beginnen.

Diesen Weg nahmen schon viele Tausend Flüchtlinge vor ihnen. Dabei passieren immer wieder schlimme Unfälle. Das liegt zum Beispiel daran, dass viele Flüchtlings-Boote überfüllt und sehr alt sind. Häufig starten die Boote in dem Land Libyen im Norden Afrikas. Die Küste in Libyen ist nicht so gut bewacht wie in anderen Ländern. Die Flüchtlinge hoffen deshalb, dass sie nicht erwischt werden. Denn es darf nicht jeder einfach nach Europa reisen, der dort leben möchte. Schon lange fordern Politiker und andere Fachleute: Es muss etwas unternommen werden, damit die Flüchtlinge nicht ihr Leben riskieren. Zum Beispiel müssten die Regeln für die Einreise nach Europa geändert werden. Außerdem müsse mehr getan werden, um Menschen zu retten, die in Seenot geraten.

KONTAKT

Redaktion: Tanja Pfeffer

pfeffer.t@straubinger-tagblatt.de

Tolle Bewegungskunst

ACH SO!

Bei Parkour fängt jeder langsam an und steigert sich

Regensburg. (rev) Bei Parkour geht es darum, ohne Hilfsmittel verschiedene Hindernisse sicher, schnell und kraftsparend zu überwinden. Solche Hindernisse können zum Beispiel eine Parkbank oder eine Mauer, aber auch ein Kasten in einer Turnhalle sein. „Bei der Sportart gibt es keine Wettkämpfe. Wir wollen uns alle miteinander weiterentwickeln", erklärt Max Rieder vom Regensburger Parkour-Verein. Jeder kann Parkour ausprobieren. Wichtig seien dabei nur Motivation, Spaß an der Bewegung und eine gesunde Selbsteinschätzung. „Wir verfolgen das Prinzip der kleinen Schritte. Jeder fängt langsam an und steigert sich so, wie er sich selbst das zutraut." Der Regensburger Verein hat über 90 Mitglieder. Die meisten sind zwischen zehn und 20 Jahre alt.