

## Themenreiche Übungsleiter-Fortbildung

Mit drei verschiedenen Themenbereichen hat die Bayerische Sportjugend für eine abwechslungsreiche Übungsleiter Lizenzverlängerung gesorgt. Beginnend mit Streetdance und dem dafür bestens geeigneten Referenten Nicholas Chamber, wurden

die ersten drei Unterrichtseinheiten schweißtreibend angegangen. Nicht mehr wegzudenken sind diese schon akrobatischen Tanzeinlagen, die eine Mischung aus Rhythmus und Freestyle verkörpern, aber auch oft im Zusammenhang mit Outdoor-Sportarten zu sehen sind.

Eine wichtiges Thema konnte mit Selbstverteidigung und wie man sich in so einem Fall verhalten soll durch Helga und Anita Powalla aufgezeigt werden. Entstehung, richtiges Erkennen von bedrängten Situationen, aber auch Verhalten, wenn man angegriffen wird, waren für die Übungsleiter/innen teilweise Neuland. Seine Stimme gegen Angreifer erheben können, schon eine kleine Hemmschwelle für so manchen Mitstreiter/mancher Mitstreiterin, denn sich anschreien ist nicht jedermann Sache. Auch Körperkontakt in verzwickten Situationen sorgten hier für Gesprächsthema, wenn man nicht gerade selbst aus einem Kampfsport stammt.

Die letzten zwei Stunden wurden mit der Trendsportart Parcour und einem kleinen Portfolio an Aufbaumöglichkeiten dargestellt. Reinhard Weber hat damit auch eine Alterslücke im Verein schließen können. Laut BLSV Erhebung zeigt sich genau im Alter 12-15 sowohl bei den Mädchen, als auch bei Jungs auf, dass Vereinssport eher nicht favorisiert sind. Ein Sport, der zur Selbstverwirklichung, Disziplin, aber auch Verantwortung seinem Körper gegenüber verpflichtet. An verschiedenen Stationen konnten die Teilnehmer/innen den Aufbau von schwierigen, akrobatischen bzw. turnerischen Bestandteilen erleben. War es beim klassischen Turnsport die einfache Hocke über einen Kasten, so spricht man hier von einem Kong oder wer es schwieriger mag einem Doublekong, der dann über zwei Kästen auf einmal hinweggefegt. Eigenschaften aus dem Turnen, wie Koordinations- und Körpergefühl gepaart mit Kraft wären ideal als Grundvoraussetzung. Ein kurzes Video darüber und der Dank an alle Referenten und Helferlein aus dem BSJ Team, beendete den Themenreichen Sporthallentag, der diesmal mit einer eher kleinen Teilnehmerzahl bestückt war.

Für 2020 hat die BSJ wieder einiges im Kalender, so z.B. eine zweitägige Mitarbeiterbildung (LZV) im Mai, sowie auch die Übungsleiterausbildung „C“ allg. Breitensport Kinder und Jugendliche in Ursensollen, die Mitte Oktober beginnen wird.

