

# Mit Körperspannung hoch hinaus

**TRAMPOLIN:** Kinder für den Sport begeistern und ihr Talent entdecken ist das Ziel des Kids-Cups der TG Frei Heil Rheingönheim

VON NATALIE SCHLEMMER

**LUDWIGSHAFEN.** 65 Kinder aus sechs Pfälzer Vereinen zwischen vier und elf Jahren, 30 Helfer hinter den Kulissen, ein Landesfachwart, ein Trampolin und jede Menge mitfiebernde Eltern. All das gab's am Samstag beim Kids-Cup 2013 der TG Frei Heil Rheingönheim.

Pünktlich um zehn Uhr geht's los in der Vereinshalle in Rheingönheim bei der sechsten Auflage des Kids-Cups. Der wurde ins Leben gerufen, um Kinder fürs Trampolinspringen zu begeistern und den pfälzischen Nachwuchs zu sichten. Dafür ist der Landesfachwart Rolf Kleinsmann aus Neustadt angereist. Aufmerksam begutachtet er die Kinder bei ihren Sprüngen auf dem Trampolin und gibt anschließend den Trainern Tipps für die weitere Förderung.

Patrick Krieg ist einer davon. Der 21-Jährige trainiert seit vier Jahren die Breitensportgruppe in Rheingönheim, er selbst entdeckte mit fünf Jahren seine Begeisterung für das federnde Sprungtuch. „Mir macht die Arbeit mit den Kindern Spaß, und ich finde Bewegung – gerade in diesem Alter – wichtig“, sagt Krieg, der hauptberuflich bei der BASF arbeitet.

Gerade springt die zehnjährige Melissa aus seiner Montagsgruppe. Sie turnt seit sechs Jahren bei der TG Frei Heil und zeigt ansprechende Sprünge. „Aber ich mache auch gerne Boden- und Geräteturnen“, erzählt die Schülerin später. Das ist beim Kids-Cup von Vorteil, denn neben der Hauptdisziplin Trampolin zeigen alle Teilnehmer ihre Vielseitigkeit und absolvieren einen Geschicklichkeitsparcours, sprinten eine kurze Strecke und führen Kraftübungen sowie Elemente aus dem Bodenturnen vor.

Verteilt auf die ganze Halle gibt es Stationen – es wird gehüpft, gepurzelt, gerannt oder gestemmt. Von wegen faule Jugend, beim Kids-Cup zeigen die Nachwuchssportler Wendig-

keit, Schnelligkeit und Kraft. Das alles braucht ein guter Trampolinspringer. Wer keine Körperspannung habe, könne keine präzisen Sprünge ausführen, erklärt Krieg. Leider gebe es in der Pfalz nicht so viele Vereine, die Trampolinspringen anbieten würden. Viele davon liegen in der Vorderpfalz.

Lilli turnt bei der TSG Mutterstadt, ihre Mutter ist dort Trainerin. Sie ist

## NILS FRAGT

### Was ist Trampolinturnen?



Trampolinturnen ist eine relativ junge Sportart, die ihren Ursprung im Zirkus hat.

1951 wurde in Deutschland das erste Trampolin gebaut. Damals nannte man es noch Wurfmaschine. Heute sind an einem Rahmen Metallfedern angebracht, zwischen denen ein elastisches Sprungtuch gespannt ist. Seit dem Jahr 2000 dürfen Trampolinspringer bei den Olympischen Spielen mitmachen. Bis zu neun Meter hoch können Athleten darauf springen. Eine Übung besteht aus zehn Einzelsprüngen, bei denen die Springer auch mit dem Po, dem Bauch oder dem Rücken auf dem Sprungtuch aufkommen dürfen. Schraube oder Salto heißen schwierigere Sprünge. Richtig gute Turner schaffen vier Salti am Stück, mit einer halben Schraube am Ende kombiniert heißt das dann Quadriffis. Mehr als vier Salti am Stück hat noch niemand geschafft zu springen. (xns)



**Zehn Sprünge gehören zu einer Übung: Die Kinder beim Kids-Cup zeigen ihr Können.**

FOTO: KUNZ

erst sechs Jahre alt, aber schon recht fit und wendig. Souverän zeigt sie die geforderten Sprünge auf dem Trampolin. Am Ende belegt sie Rang zwei in ihrer Altersklasse und darf sich über eine Medaille freuen.

Die fünfjährige Jana gehörte zu den jüngsten Teilnehmern. Sie mag am Trampolin, „dass ich so hoch springen kann und lange in der Luft schwebe“.

Einmal in der Woche übt sie in Rheingönheim, ihre große Schwester Caroline trainiert sogar drei Mal pro Woche in der Leistungsgruppe. „Und in den Ferien haben wir sechs Mal pro Woche geübt“, erzählt die Siebenjährige, die in die zweite Klasse geht und auch sonst sehr sportlich ist. „Im Winter fahre ich gerne Ski“, verrät sie. Ihre Trainerin ist die 26-jährige Janina

Keck. Sie hat bis 2007 in Haßloch in der Leistungsgruppe geturnt und ist nun seit vier Jahren bei der TG. Zwei ihrer Schützlinge turnen mittlerweile sogar zusätzlich am Olympiastützpunkt in Bad Kreuznach. Auch beim Kids-Cup geht es darum, potenzielle Talente zu entdecken. „Und darum, den Eltern zu zeigen, was ihre Kinder schon können“, ergänzt Keck.