

FACHBEREICHE

Rollstuhlsportverrückte von Hamburg bis München kamen in der Sportschule in Hennef zur ersten Fortbildung in 2020 nach dem Ausbruch von Corona zusammen. Auch für die beiden Referenten Peter Richarz und Axel Görgens war es der erste Lehrgang, nämlich der erste, den die Referenten des DRS und des Behinderten- und Rehasportverband Nordrhein-Westfalen (BRSNW) gemeinsam durchführten.

Lizenzverlängerung, Anregungen, in den Rollstuhlsport reinschnuppern, neue Impulse bekommen, so lauteten die Wünsche der Teilnehmer*innen. Die meisten hatten bereits Erfahrungen mit Rollstuhlsport, für einige war es eine völlig neue Situation, die Welt aus dem Rollstuhl zu erleben.

Ganz im Geist von Horst Strohkending es zunächst um die Frage, wie vermitteln wir am besten die Grundkenntnisse des Rollstuhlfahrens: Anfahren, Tempo machen, Kurven oder Slalom



Referent Peter Richarz (m.) im Kreis der Teilnehmenden.

fahren, unvermittelt stoppen, Rückwärtsfahren. »Zieht die Arme nicht so hoch, lasst sie lieber locker von vorne nach hinten schwingen und schiebt dann wieder nach vorne«, ruft Peter Richarz durch die Halle. Bei einem Teilnehmer wird dann gleich auch ein Problem mit dem Rolli diagnostiziert: »Du solltest mal gucken, dass du nicht so schaukelst beim Fahren, das kostet einfach zu viel Kraft! Es wäre vermutlich gut, wenn du die Schwerpunkteinstellung mal überprüfst«, wirft Nora Sties ein. Die Lehrwartin des DRS nahm mit



Fotos: Axel Görgens

GEMEINSAMER LEHRGANG

Rollstuhlsport erleben – passgenau mit viel Spaß

Gemeinschaftlicher Lehrgang des BRSNW mit dem DRS – unter Einhaltung der ›AHA-Regeln

Mann und Sohn, dem jüngsten Teilnehmer, an der Fortbildung teil.

Und so ganz en passant wurden hier auch die Inhalte der Trainerausbildung aufgefrischt. »Startet mit leichten Übungen, dann erst die schwierigeren.« Von einfachen zu komplexen Aufgaben, so sollte es sein und das wurde dann auch gleich in der Praxis ausprobiert.

Referent Axel Görgens achtete ganz genau auf die Einhaltung der AHA-Regeln. »Wir haben genug Platz und schließlich möchte ich gerne nächste Woche für die nächste Veranstaltung wiederkommen dürfen!«

Einfache Übungen zum Aufbau von Spielformen für Rollstuhlbasketball, aber auch mal selber dribbeln und passen, wurden gefolgt von Wheelsoccer und Rollstuhlhandball. Dann wieder etwas ganz anderes: Legosteine wurden zu großen Diamanten, die ganz schnell in Sicherheit gebracht werden mussten. Wer aus der ›Mine‹ keinen Stein mehr holen konnte, durfte bei den anderen Teams ›klauen‹. Dann mussten alle Diamanten in der Bank abgeliefert werden,

ganz schön blöd für diejenigen, die viele Steine hatten, denn sie standen von der Bank am weitesten weg. Der Spielleiter Axel hatte nämlich beschlossen, dass das Spiel am meisten Spaß macht, wenn alle möglichst gleichzeitig fertig werden und hatte die Teams unterschiedlich weit von der Bank entfernt platziert. Fast hätte es auch geklappt!

Dann war da noch das mit der Didaktik und den verschiedenen Varianten von Lernen, das Spiel mit dem Masterstein, der nachgebaut werden musste, der Sichtwechsel und auch nichts sehen und das Autofahren in der Halle.

Als weiteres Highlight stellte sich Tischvolleyball heraus, im Mittelpunkt eine Tischtennisplatte. Drum herum bis zu sechs Spieler pro Seite. Ein Netz in der Mitte – aber moment mal, das hängt ja völlig in der Luft! Und wir durften gar nicht über das Netz spielen! Jeder hatte ein Holzbrettchen in der Hand, das mit beiden Händen gespielt werden musste. Alle möglichen Varianten von Bällen haben wir dann hin und her gespielt. Ein bisschen wie Watte pusten und mit ge-

nauso viel Spaß und Begeisterung wie früher als Kind bei diesem Spiel.

Was soll ich sagen? – Vielen Dank Peter und Axel für dieses tolle und kurzweilige Wochenende! Es war lehrreich und hat viel Spaß gemacht. Und so ganz nebenbei haben die meisten ihre Lizenz verlängern können, neue Kontakte geknüpft und ihr Können und ihr Repertoire erweitert. *Ira Ziegler*

Für viele Teilnehmende eine neue Erfahrung: Tischvolleyball (u. l.)

Ziele im Rehasport (u. r.)



Fotos: Peter Richarz

AUS- UND FORTBILDUNG

Block 10 – Grundlagen

■ Du willst Übungsleiter*in oder Trainer*in im Rollstuhlsport werden? Dann starte 2021 mit den Grundlagen. Alle Infos demnächst unter drs.org/aus-und-fortbildung.

Termine: 22.-25.04.21, 27.-30.05.21 und 08.-11.07.21

Ort: Hennef

Meldeschluss: 25.02.21

Lehrgangsg Gebühr: DRS-Mitglieder 450,- €, DBS-Mitglieder 750,- €, Sonstige 1050,- €

Besonderheiten: ohne Übernachtung, ohne Verpflegung

