

21.11.2016

Der Einstieg in den Austausch

Der Übungsleitertreff ist auch nach 30 Jahren noch so aktuell wie am ersten Tag

DORSTEN. Er ist in die Jahre gekommen, der Übungsleitertreff. Zum 30. Mal setzten die Sportmacher am Totensonntag ein lebendiges Ausrufezeichen in eigener Sache. Dass der Inhalt dieser Fortbildung hochsinnvoll ist, war unstrittig. Einzig das gemeinsame Abendessen ließ die Meinungen auseinandergehen. Denn es gibt nicht mehr den traditionellen Grünkohl, sondern ein gesundes Fitness-Menü.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.



Viel mehr als nur Schlagen und Treten: Taekwondo war für meisten Teilnehmer komplettes Neuland. RN-FOTO LÜCKE



Ob Step-Aerobic, Taekwondo oder Qigong: Die Teilnehmer und Trainer hatten in allen Praxisteilen am Sonntag viel Spaß. FOTO RN-FOTOS (3) LÜCKE



Als seinerzeit die damalige Vorsitzende des Stadtsportverbandes Helgard Sasonow und die kommunalen Sportmacher Gerd Brand und Gerd Brändel das mittlerweile längst erwachsene Kind aus der Taufe hoben, war der Übungsleitertreff zunächst ein Versuchsballon. Der Versuch ist gelungen, der Treff ist längst ein markant-bunter Sportklecks an diesem meist so tristen November-Sonntag. Und so stand dann auch ein zufriedener Stadtsportverbands-Chef Helmut Winkler im Foyer der Petrinum-Sporthalle und hatte schnell jede Menge Gesprächspartner.

Lange Vorlaufzeit

Eine von ihnen war natürlich auch Heike Kapteinat, Mitarbeiterin des Stadtsportverbands, die als Hauptorganisatorin fungiert. „So ein halbes Jahr Vorlaufzeit hat der Treff mittlerweile schon“, erzählt sie. Was aber auch kein Wunder ist. Auch am gestrigen Sonntag waren mehr als 80 Teilnehmer am Start. Was einst in der Keimzelle Dorsten begann, ist längst zu einem kreisweiten Treffen geworden.

Erster Eindruck: Übungsleiter sind in erster Linie weiblich, die Männerwelt ist deutlich in der Unterzahl. „Tja, diese Beteiligung ist in der Tat schwer zu erklären“, betont Helmut Winkler, der aber immerhin auch einen Fußballer entdeckt hat.

Und dann geht es zügig an die Praxis. Die Petrinumhalle ist in drei kleine Hallen unterteilt. Vorne wird gehüpft, wie man etwas despektierlich sagen könnte. In der Tat ist das aber schweißtreibende Step-Aerobic, die manch einen Teilnehmer schon früh an Grenzen treibt.

Mehr als Kampfkunst

Die austrainierte Yoga-Lehrerin sieht sich in Halle zwei mit Taekwondo konfrontiert und stellt erstaunt fest, dass es dabei um viel mehr geht, als „nur“ um Kampfkunst. In Halle drei schließlich trifft der Tischtennis-Coach zum ersten Mal auf die chinesische Bewegungsform Qigong. Sehr langsam, sehr konzentriert, sehr effektiv – und damit auch sehr kraftraubend.

Die viertelstündigen Trinkpausen nach den jeweils einstündigen Praxisteilen deuten schon an, was der eigentliche Hintergrund und Sinn der ganzen Geschichte ist: Trainerinnen und Trainer der

unterschiedlichsten Sportarten unterhalten sich über das gerade Erlebte, tauschen sich aus, geben eigene Erfahrungen weiter. Genau so hatten sich die Sport-Visionäre das vor 30 Jahren auch vorgestellt.

Und als es längst dunkel geworden ist, sitzen alle frisch geduscht und um einige Erfahrungen reicher beim Abendessen und diskutieren über Qigong, Taekwondo und den Ausgang des Spiels zwischen Borussia Dortmund und Bayern München.

Fitness-Menü

Nur Grünkohl gibt es diesmal eben nicht. Das mediterrane Fitness-Menü ersetzt Grünkohl mit Pinkel. Und Heike Kaptainat macht sich schon mal vorsorglich Gedanken über Inhalte und Abläufe des Übungsleitertreffs im Jahr 2017. *Klaus Rosenkranz*

Fotostrecke vom Übungsleitertreff **www.DorstenerZeitung.de**