

## Spaß rund um das Trampolin

Koordination und die eigenen Grenzen kennenlernen sowie Geschicklichkeit und Ausdauer standen am Sonntagnachmittag, den 26.05.2013 bei 13 Schülerinnen aus Friedberg, die das Geburtstagsereignis bei den Kängurus gebucht hatten, auf dem Plan. Neugierig bestaunten unsere Gäste die beiden Großtrampoline mit Deckenlonge und das neu angeschaffte Doppel-Mini-Trampolin.



Zu Beginn begrüßten die Kängurus die Gruppe und alle Kinder bekamen ein T-Shirt der Aktion „Kinder Stark machen“ geschenkt - parallel wurden die Eltern über die Aktion und die Kooperation mit der BzGä informiert.



Die Einführung zum Thema Sicherheit und Verhalten auf und um das Trampolin sowie die sportliche Leitung wurde von Jessica übernommen, die durch ihre erfahrenen Helfer Anna-Lena und Chari unterstützt wurden.

Die kurze Aufwärmung, mit Seilspringen und Dehnungsübungen, brachte die Kinder, zu Beginn mit viel Spaß, ganz schön ins Schwitzen. Die ersten Schritte und Sprünge auf dem Großtrampolin brachten neue Erfahrungen und die Kinder waren erstaunt über die hohe Rückwurfkraft. Im Vergleich zu den bekannten Gartentrampolinen, war jetzt wesentlich mehr Spannung gefragt, um nicht auf dem Hosenboden oder gar auf dem Hallenboden zu landen. Es wurden drei Gruppen gebildet die individuell neue Sprünge ( Hocke / Grätsche / Sitz / Rücken ) ausprobierten und unter der Anleitung der deutschen Vizemeisterin 2013 im Doppel-Mini-Trampolin bekamen die Gäste Eindrücke auf diesem „neuen“ Sprunggerät.

Die mutigen wagten sich auch einen Salto zu turnen. ( teilw. mit Unterstützung der Deckenlonge ). Als letztes wurden die Trampoline zum „Freispringen“ freigegeben, so konnten alle das Gelernte noch mal ausprobieren.

Ein gelungener Nachmittag – wie uns von unseren Gästen versichert wurde, an dem alle ihre Freude hatten.



## Impressionen



