

Dauernheimer Trampolin e.V. „Die Kängurus“ Ganz schön sprunghaft!

Ranstadt. Trampolinturnen ist das Spiel mit der Schwerelosigkeit, es ist für jede Altersklasse geeignet und wird je nach eigener Zielsetzung als Breiten-, Fitness- oder Leistungssport angeboten. Ob auf dem Gartentrampolin in der Freizeit, Mini-Trampolin im Schulsport, Doppel-Mini-Trampolin oder Groß-Trampolin, jetzt auch wieder bei den olympischen Spielen zu bestaunen, das Hüpfen und Springen macht Freude, regt den Kreislauf an und fördert die Gesundheit.

Die Kängurus

Der Dauernheimer Trampolin e.V. „Die Kängurus“ hat es sich zum Ziel gesetzt, hauptsächlich Kindern und Jugendlichen eine sinnvolle, angeleitete und regelmäßige Betätigung im sportlichen Bereich zu ermöglichen, die Gesundheit und soziales Verhalten fördert, ohne den Spaß zu bremsen. Gegründet wurden die „Kängurus“ im August 2008, damals mit 14 Mitgliedern (sieben Kinder und sieben Erwachsene). Im Laufe der Zeit wuchs mit den Möglichkeiten und Angeboten auch die Zahl der „Mithüpfen“: Heute hat der Verein über 50 Mitglieder, die meisten davon Kinder und Jugendliche im Alter von vier bis 16 Jahren. Zwar stehen im Verein Spaß am Trampolinsport und das Gemeinschaftsgefühl ganz oben, dennoch -

oder vielleicht gerade deshalb - konnten die „Känguru-Springer“ bereits etliche Erfolge bei Wettkämpfen einfahren. Dazu zählen, um nur einige zu nennen, diverse gute Platzierungen und Medaillen bei hessischen Jahrgangsmeisterschaften, Gaumeisterschaften oder sogar Jugend-Europameisterschaften. Die Professionalität und Ernsthaftigkeit, mit der dieser Sport dort betrieben wird, spiegelt sich zudem in den zertifizierten Übungsleitern und in den Kooperationen unter anderem mit der Sportjugend Hessen oder der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung wider.

Sport



Vom Anfänger bis zum „Profi“

Im Verein werden das Groß- und das Doppel-Mini-Trampolin sowie eine AirTrack-Bahn für Show, Breiten-, Wettkampf- und Leistungssport verwendet. Vom Wippen und Hüpfen bei den Anfängern geht es mit einigem Mut und guter Körperspannung in luftige Höhen um die 3 bis 4 m. Einfache Sprünge wie Hocke, Grätsche und Sitz lernen alle im Handumdrehen. Rückensprung und einfache Saltos vorwärts und rückwärts

benötigen meist etwas Übung und wer gar im Spitzensport mitmischen möchte, befasst sich mit dem Erlernen von Doppelsaltos auch in Kombination mit Schrauben. Der Trampolinunterricht ist systematisch aufgebaut und geht immer vom Einfachen zum Schweren und von der Grobform bis zur Perfektion. Trampolinturnen ist eine Individualsportart und somit bestimmt jeder sein Lerntempo selbst. Die „Kängurus“ haben verschiedene Trainingsgruppen, die nach den Zielsetzungen und dem Alter der Aktiven eingeteilt sind. Ein wichtiger Faktor, der im Verein nie zu kurz kommen soll, ist der Spaß. Dafür sorgen das freie Springen im Anschluss an jedes Training, aber auch gemeinsame Ausflüge oder Veranstaltungen. Der Verein ermöglicht aber auch den Eltern und älteren Aktiven, sich über das Trampolinspringen hinaus einzubringen, indem er Trainer- und Kampfrichterfortbildungen finanziert, Lehrgänge besucht oder auch Familien erlebnisse und Gemeinschaftsfahrten anbietet.

Ein Verein für wirklich alle Integration und Barrierefreiheit (Inklusion) sind wichtige Eckpunkte der „Känguru“-Vereinsarbeit, was sich letztendlich auch in den niedrigen Mitgliedsbeiträgen zeigt. Für Kinder und Jugendliche aus „ärmeren“



Familien ist es oft schwer, am Vereinssport teilzunehmen. Es fehlt nicht nur das Geld für Mitgliedschaft und Trainingsbetrieb, sondern auch für Fahrten zu Wettkämpfen und Trainingslagern. Der Dauernheimer Trampolinverein engagiert sich seit Jahren besonders für Kinder und Jugendliche aus armen Familien und bietet umfangreiche Maßnahmen, damit die Teilnahme an der sportlichen Gemeinschaft nicht an den mangelnden Finanzen scheitert. Der Verein setzt sich aktiv gegen die Folgen von Kinder- und Jugendarmut; dies stärkt die Verbundenheit und fördert den Zusammenhalt der Vereinsgemeinschaft. Seit 2012 ist der Verein offizieller Stützpunkt für „Integration durch Sport“ und wurde dafür vom Deutschen Olympischen Sport Bund 2016 wieder nominiert. Weitere Aus-

zeichnungen, die der Verein hat in Empfang nehmen dürfen, sind beispielweise der „Stern des Sports in Bronze“ (2011), der „Deutsche Bürgerpreis“ (2012), der „Jugendförderkreis des Sportkreises Wetterau“ (2012-2015) und der „Jugendarbeitspreis best2014“.

Kontakt

Neue Mitglieder sind im Verein jederzeit willkommen. Infos über Trainingszeiten, Voraussetzungen und Schnupperstunden können Sie jederzeit direkt beim Verein erfragen oder der Homepage entnehmen: Dauernheimer Trampolin Die Kängurus e.V. Am Hollerfeld 7 63691 Ranstadt-Dauernheim Telefon: (06035) 18450 oder (0175) 5925117 E-Mail: oliver@die-kaengurus.de www.die-kaengurus.de

