

# „Skipping Hearts“

**PROJEKT** Drittklässler üben Sprungvariationen

**ALSFELD** (lb). Dass man mit einem normalen Sprungseil mehr als nur springen kann, lernten die dritten Klassen der Gerhart-Hauptmann-Schule in Alsfeld beim Präventionsprojekt „Skipping Hearts“

Unter fachlicher Anleitung von Yvonne Rininsland, Motivationstrai-

ning-Step“, „Überkreuzen“, „Schwingen und Drehen“, um nur einige zu nennen. Die sportliche Form des Seilspringens eigne sich zur Steigerung der Bewegung, zur Schulung und Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten wie Ausdauer und Koordination, und fördere ebenso den Teamgeist und die Integration schwächerer Kinder, erklärte die Übungsleiterin zur Vorstellung ihres Programms.

Sichtlich erfreut und hoch motiviert präsentierten die Teilnehmer nach der Aufwärm- und Übungsphase einem versammelten Publikum aus Schulleitung, zweiten Klassen, Elternteilen und weiteren Familienangehörigen die erlernten Sprünge und ernteten viel Applaus. Zugleich griffen auch die Gäste zum Seil und setzten eine „sprunghafte Lawine“ in Gang.

„Ich finde, ihr habt das ganz toll gemacht“, würdigte Schulleiterin Hannelore Hartl die Leistungen und freute sich, das Programm auch an der Gerhart-Hauptmann-Schule zu erleben. Bleibt nun die Hoffnung, dass der Gedanke der „Skipping-Hearts-Bewegung“ auf dem Pausenhof zu einer festen Gewohnheit wird.



nerin der deutschen Herzstiftung, absolvierten die Schulklassen von Dorit Zinn (3a), Sabine Jende (3b) und Maerike Schomber (3c) einen sportlich aktiven Basis-Kurs zum „Rope Skipping“ mit unterschiedlichen Sprungvariationen, die alleine, zu zweit oder in der Gruppe durchgeführt werden können.

Mit großem Eifer waren die Kinder und Lehrerinnen in der Turnhalle bei der Sache und übten sich in zehn Disziplinen, darunter „Seilspringen“, „Jog-



Ganz im Zeichen des Seilspringens standen die dritten Klassen der Alsfelder Gerhart-Hauptmann-Schule Alsfeld.

Foto: Buchhammer