

Früh am Sonntag

Mit dem Rhönrad geht's richtig rund

Stillstand ist ein Fremdwort beim TVE Burgaltendorf (Seiten 2 und 3)

Das Rhönrad im Fokus: Sandra Kernebeck ist in Burgaltendorf als Trainerin tätig.

Foto: Dirk Greisler



en zu Gast

„Wunderbar“: Wenn die Sportler Kopf stehen

Rhönradturnen beim TVE Burgaltendorf - Spaß, Körperspannung und schnelle Fortschritte

Von Dirk Greisler

Immer wieder stehen die in dieser Abteilung des TVE Burgaltendorf engagierten Sportler Kopf. Und es ist äußerst selten, dass die rund 20 Aktiven beim Rhönradturnen dabei auf dem Boden bleiben. Denn wenn die Pflicht oder Kür in diesem Sportgerät, bestehend aus zwei, durch sechs Sprossen miteinander verbundenen Reifen, gezeigt wird, dann geht es richtig rund; und kann dabei völlig unterschiedlich wirken - von elegant, athletisch und verspielt, bis zu grazil und künstlerisch.

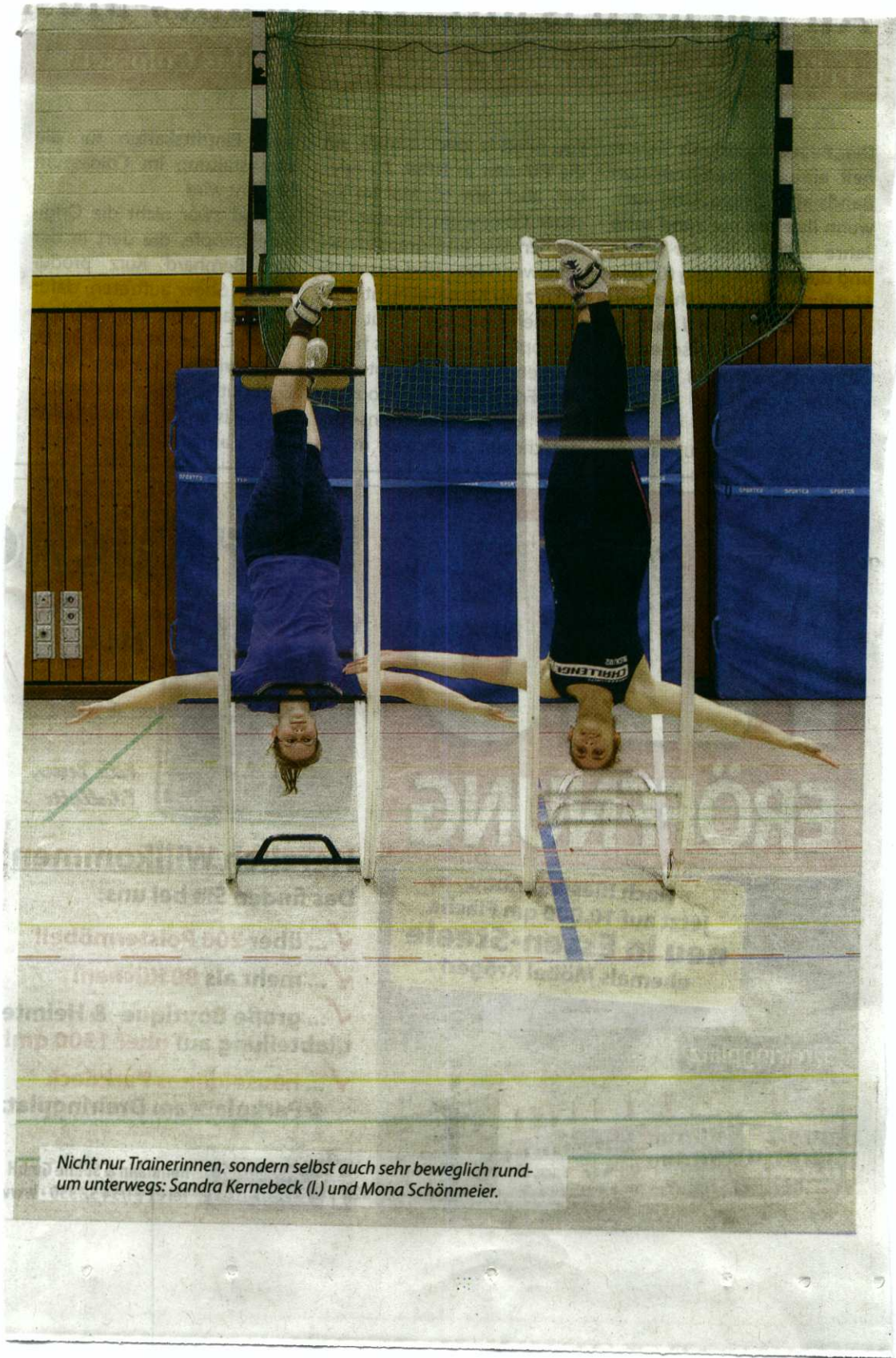
„Es ist eigentlich viel zu wenig bekannt, wie wunderbar diese Sportart ist“, legt sich deshalb auch Sandra Kernebeck, die die Nachwuchsgruppe des TVE Burgaltendorf trainiert, besonders ins Zeug, um zu beschreiben, was den Reiz der Bewegung in und mit dem Rhönrad ausmacht. Wobei es schnell gelingt, auch als Anfänger zu ersten Fortschritten zu gelangen, der (sportlich herausfordernde) Teufel aber häufig ganz einfach im Detail steckt. So wie es auch Monika Stahl erfuhr, die im Rahmen der Vereins-Weihnachtsfeier Gelegenheit bekam, sich ein-

fach mal in ein bis zu 3000 Euro kostendes Rhönrad, das es in den Größen von 130 bis 245 Zentimetern Durchmesser gibt, zu begeben. „Die Füße während der gesamten Zeit gestreckt zu halten, weil man sonst aus den Lederriemen herausrutscht, das ist schon mal die erste Herausforderung“, stellte die TVE-Pressesprecherin fest.

Und in der Tat, so ganz unsportlich sollte man nicht sein, wenn man die ersten „Überroller“ im Rhönrad in Angriff nehmen will. „Voraussetzungen sind natürlich eine grundlegende Körperbeherrschung und -spannung, die man aber auch gut erlernen kann, eine allgemeine Fitness, Gleichgewichtssinn und Koordinationsfähigkeiten“, beschreibt Sandra Kernebeck, die zusammen mit Mona Schönmeier eine Gruppe von jeweils fünf bis zehn Kindern anleitet. Erste gute, erkennbare Fortschritte seien aber schon nach ein bis zwei Monaten möglich, „denn der Großteil besteht aus Technik“, sagt Kernebeck. Natürlich immer nach einem ausführlichen Aufwärmprogramm mit von den Kindern selbst entwickelten Übungen zu den Themen Stretchen, Dehnen und Kraft.



Vermitteln Spaß und Kompetenz:
Die Trainerinnen Mona Schönmeier (oben) und Sandra Kernebeck.



*Nicht nur Trainerinnen, sondern selbst auch sehr beweglich rund-
um unterwegs: Sandra Kernebeck (l.) und Mona Schönmeier.*

Wie schnell man mittendrin ist im rollenden Geschehen, erfuhr ganz aktuell auch Tuana, die im Internet auf die für sie neue Sportart aufmerksam wurde, und nun - gemeinsam mit ihren zuschauenden Eltern - einfach mal hereinschnupperte. Wobei Vater und Mutter, denen der TVE Burgaltendorf, der als einer der ersten Sportvereine in Essen diese Sportart vor mehr als 25 Jahren in sein Programm aufnahm, auf der Suche nach einem passenden Verein wärmstens empfohlen wurde, nicht schlecht staunten, als es nach ersten tastenden Übungen gleich an die Drehung im Rad ging.

Geturnt werden im fortgeschrittenen Stadium auch die Übungen, die beim Start in den nach Alter und Leistungsstand unterteilten Wettkämpfen gezeigt werden - mal mit beiden Füßen in der Bindung, mal mit nur einem, oder auch mit keinem; doch das ist nicht der Schwerpunkt der Burgaltendorfer Rhönradtturner. „Es geht ganz einfach um den Spaß bei diesem Sport“, sagt Sandra Kernebeck. Der wird auch immer wieder offensichtlich, und das nicht nur



Zum ersten Mal dabei, kommt Tuana gleich ins Rotieren.

bei den Aktiven, sondern auch bei den Zuschauern, wenn die TVE-Abteilung bei Vereinsfesten ihr Können präsentiert. „Klar, da kann man schon sagen, dass das immer wieder ein echtes Highlight ist“, erinnert sich Monika Stahl, „so gab es beispielsweise mal eine Vorführung bei Schwarzlicht. Richtig toll.“ Dass natürlich auch mal blaue Flecken als Ergebnisse der Übungen nach einem

Trainingsabend bleiben, ist nicht ungewöhnlich. Und so begegnen die jugendlichen Teilnehmer den neu zu erlernenden Turn-Varianten auch mit Respekt, den auch die männlichen Teilnehmer erkennen lassen. Die sind im übrigen (noch) in der Unterzahl, „wobei der Anteil der Jungs aber wächst“, wie Sandra Kernebeck feststellt. Überhaupt ist das Interesse groß, vielleicht auch bedingt durch

die großen internationalen Erfolge des Nachbarvereins aus Heisingen, der sogar Weltmeisterinnen stellt. Und so ist - zumindest in Sachen Nachwuchs - beim TVE Burgaltendorf die Kapazität momentan erschöpft. Doch auch die Zusammensetzung der Gruppe der teilnehmenden Aktiven wird sich weiterdrehen. So wie die Rhönräder, die beim TVE Burgaltendorf kaum einmal stillstehen.



Damit es elegant aussieht, muss die Körperspannung stimmen. Fotos: Dirk Greisler