



„Ihr dürft nicht den Helden spielen und kämpfen wollen“

Selbstbehauptung für Kinder als Schnupperangebot / Karate in Cluvenhagen

CLUVENHAGEN • „Ihr dürft nicht den Helden spielen und kämpfen wollen“, sagt Oliver Hennig den Kindern in der Mehrzweckhalle Cluvenhagen. Die Acht- bis Zwölfjährigen machen große Augen, zwei Jungs grinsen. Selbstbehauptung und ein bisschen Selbstverteidigung steht bei dem Schnupperangebot des TSV Cluvenhagen an diesem Nachmittag auf dem Programm.

„Treten ist okay, schreien ist okay. Versucht eure Hand rauszuziehen und dann nichts wie weg“, lauten die Tipps von Hennig für die Kinder, falls sie jemals in die Situation kommen sollten, dass ein Erwachsener sie schnappt und mitschleppen will.

Wie tritt man zu? Welche Überraschungsattacke auf einen Erwachsenen macht Sinn? Oliver Hennig hat so seine Kniffe, die Kinder können sie gleich bei ihm ausprobieren. Dafür wapp-

net sich der erfahrene Kampfsportler mit Polstern am ganzen Körper.

„Super. Hast du klasse gemacht“, gibt es erst das Lob für seinen Schüler. Dann kommt die Feststellung: „Aber deine Stimme hast du vergessen.“

Das kann man ja üben. Am besten, wenn sich alle Kinder gegenüber vom Zeitungsreporter, vom TSV-Vorsitzenden Frank Rottstegge und ein paar zuschauenden Müttern aufbauen und so laut sie können, brüllen: „Hau aaaab! Lass mich in Ruheeeee!“

Kinder können laut schreien, wenn sie sich trauen. Richtig laut. Ehrenwort. Da fällt einem vor Schreck der Stift aus der Hand. „Ein Hörgerät wäre jetzt kaputt“, lautet ein mütterlicher Kommentar.

Schreien, was geht. Zapeln, was geht. Auch mal treten - und dann nix wie weg, lautet noch einmal die

Kurzzusammenfassung.

„Ganz wichtig, wenn ihr weggekommen seid, müsst ihr unbedingt jemandem erzählen, was euch passiert ist. Auch wenn es euch ein bisschen peinlich ist. Haltet nicht die Klappe, redet drüber“, lautet der ausdrückliche Rat von Hennig.

So ein zweistündiger Crash-Kurs kann natürlich längst nicht alles abdecken, kann nur einen ersten Eindruck, einen Anstoß vermitteln. Und vielleicht Lust auf mehr machen.

Seit dem Schnuppernachmittag hat der TSV Cluvenhagen nun eine eigene Karateabteilung. Geleitet wird sie von Oliver Hennig, der nach eigenen Angaben selbst seit dem achten Lebensjahr

Kampfsport macht, sich im Judo, im Boxen, im brasilianischen Jiu Jitsu versucht hat und schon reichlich Erfahrung in der Durchführung von Selbstbehauptungs- und

Selbstverteidigungskursen gesammelt hat.

Mit dem Karate-Angebot im TSV Cluvenhagen gehe es darum, Fitness, Koordination, Beweglichkeit, Gleichgewicht, Stressabbau, die Verminderung von Aggression und natürlich auch Spaß zu vermitteln. Oliver Hennig trainiert beim TSV „Free Style Karate“, das Elemente aus anderen traditionellen Systemen übernommen hat, wie Techniken aus dem Aikido, Judo, Kung Fu, Kenpo und auch aus dem Jiu-jitsu.

Trainiert wird immer dienstags im Mehrzweckraum der Sporthalle Cluvenhagen. Von 18 bis 19.15 Uhr sind die Kinder von Acht bis 15 Jahren dran, von 19.30 bis 21 Uhr gibt es ein Angebot für Erwachsene. Bei Fragen kann man sich auch an den Vereinsvorsitzenden Frank Rottstegge,

Telefon 04235/942274 wenden. • jw