

Selbsterfahrung durch Wing Tsun

Ein besonderes Kursangebot in zwei Kindergruppen der Pfarrei St. Josef / „Vertrauen in die eigenen Kräfte“

Von Michaela Behling
Karlsfeld – Michaela ist der Angreifer. Miriam verteidigt sich. Sie schlägt Michaelas Arme zur Seite und setzt zu einem Tritt gegen das Schienbein an. Miriam tut das nicht weh. Michaela hat sie ja gar nicht getroffen, sie hat nur so getan. Miriam und Michaela gehen in zwei Kindergruppen der Pfarrei St. Josef. Die vier Gruppenleiterinnen Carola Hartmannsgruber, Cornelia Ende, Anna-Kathrin Peine und Kirstin Stemmler haben für fünf Gruppenstunden ein ganz besonderes Programm organisiert: einen Wing-Tsun-Kurs.

„Das Selbstwertgefühl und auch das Selbstbewußtsein steigern“, das war der Grund, warum sich die Gruppenleiterinnen entschlossen hatten, diesen Kurs anzubieten. Für dieses Vorhaben fanden die vier Gruppenleiterinnen auch die Unterstützung in der Pfarrei, die den Kurs mit 30 Mark pro Kind mitfinanzierte.

Die fünf Freitage, an denen die Mädchen gelernt haben, sich abzurollen, auf den Trainingspartner zuzugehen und sich eines Angreifers zu erwehren, seien kein Selbstverteidigungskurs, erklärt Wing-Tsun-Übungsleiter Christian Becker. Was er den Mädchen beibringe, sei „Selbsterfahrung, nicht Selbstverteidigung“. Wodurch es möglich sei, daß „sie nicht in dem Rollenklischee bleiben, nur Jungs dürfen to-



„NICHT SELBSTVERTEIDIGUNG, sondern Selbsterfahrung“ will Christian Becker den Mädchen im Kurs beibringen. Photo: Heigl

ben“, sagt Becker. „Dieses Training zielt in Richtung Selbstbewußtsein, auf ein Vertrauen in die eigenen Kräfte“.

Die zwölf Mädchen, die mit so viel Spaß wie Neugierde und Konzentration bei der Sache sind, finden den Kurs „superklasse“, wie sie in einer kurzen Pause erzählen. Auf dem Pausenhof, da sei das, was sie gelernt haben, „auch ganz praktisch“. Eines der Mädchen erklärt das so: „Ich brauch jetzt keine

Angst mehr zu haben, wenn da so ein Typ auf mich zukommt.“ Zuhause wird auch fleißig wiederholt und trainiert, was in der Wing-Tsun-Stunde gelernt wurde. Übungspartner sind dann der Papa oder der kleine Bruder, berichten die Mädchen kichernd.

Nach der kurzen Teepause geht es mit dem Training weiter. Und da muß Christian Becker seine Schülerinnen nicht lange bitten. Sofort haben sie sich wieder im Halbkreis

auf dem runden Teppich aufgestellt und warten gespannt, was er ihnen jetzt zeigen wird. Zum Abschluß der Trainingsstunde will allerdings Christian von den Mädchen sehen, was sie schon können. Und so heißt es abwechselnd für zwei Mädchen: „Auf zum Bodenkampf!“.

„Wie komm’ ich wieder raus, wenn die Partnerin auf meinem Bauch sitzt?“ Diese Frage stellt sich beim Probekampf. Mit erstaunlichem Geschick zeigen die Mädchen, was sie gelernt haben. Und das ist schon eine ganze Menge, wie die Gruppenleiterinnen bestätigen, die nach der Übungsstunde am Freitag feststellen: „Die Fortschritte waren heute am deutlichsten sichtbar.“

Und noch einen Erfolg brachte der Wing-Tsun-Unterricht. Die beiden Freitagsgruppen, die sich vorher kaum kannten und wenig Kontakt zu einander hatten, seien zu einer Gemeinschaft zusammengewachsen.

Die Gruppe von Cornelia Ende und Carola Hartmannsgruber trifft sich freitags von 17 bis 18 Uhr, die von Anna-Kathrin Peine und Kirstin Stemmler von 17.15 bis 18.30 Uhr. Die dritte Kindergruppe der Pfarrei St. Josef trifft sich montags von 16 bis 16.30 Uhr und wird von Angelika Füssl und Konstanze Schweder geleitet. Der Wing-Tsun-Kurs ist etwas Besonderes im Gruppenprogramm. sonst spielen, basteln die Kinder.