



Lu4u.de

Parkour-Trainer Ausbildung in München 2019

Im Rahmen des Projekts "offener Parkour-Treff Ludwigshafen" des Bereichs Jugendförderung und Erziehungsberatung, wurden drei weitere Jugendliche zu Parkour-Trainern ausgebildet.



Mit der fachlichen Trainerausbildung bekommen die Jugendlichen die Möglichkeit, sich mit ihrem Können und Wissen im Parkour-Sport für andere zu engagieren.

Das dreitägige Wochenendseminar fand in einer Turnhalle mitten in München statt. Zur Freude der Auszubildenden war die Turnhalle mit Trampoline, Airtrack und großen Mattenflächen ausgestattet. Die 17 Teilnehmenden im Alter von 14 bis 30 Jahren konnten es kaum erwarten mit der Praxis loszulegen. Bevor die Ausbilder Teoman Yilmaz und Andreas Vogelsberg in die Themen des Seminars einsteigen konnten, begrüßte Andreas Ruby die Gruppe. Im Jahr 2010 gründete er mit einigen Sportwissenschaftlern das fundierte Konzept zur Parkour-Trainer*innen Ausbildung.

Die Auszubildenden setzten sich ab der ersten Ausbildungsstunde mit den Fragen auseinander: „Warum mache ich Parkour und was motiviert mich Parkour zu lehren?“ Denn in der Parkour-Trainer Ausbildung geht es vor allem um das Rollenverständnis der Trainer*innen. Die Trainer*innen haben eine Vorbildfunktion und sollen den Kindern und Jugendlichen zeigen, wie man verantwortungsvoll mit Parkour umgeht. In der Gruppendiskussion wurde sofort klar, dass es auf die richtige Landung ankommt und nicht auf die Höhe von der ein sog. Traceur herunterspringt. Dabei geht es um den Erfahrungsschatz und die Bewegungsvielfalt.

Nachhaltiges Training kann langweilig sein, ist aber wichtig

Im Praxistransfer wurde den Teilnehmenden deutlich, wie wichtig die Schulung der Grundlagen ist. Oft haben die Kinder und Jugendlichen große Ziele im Parkour-Sport und fangen sofort mit den schwierigsten Übungen an. Das Motto soll aber lauten: „Es gibt nicht zu leicht – schwerer geht immer“. D. h. die Sprünge und Körperbeherrschung sollen anfangs eingeübt werden, ohne dass die Freude an der Bewegung nachlässt. Daraus entsteht eine breite Herausforderung an die angehenden Trainer*innen. Einerseits stehen die Kindern und Jugendlichen unter Erfolgsdruck. Andererseits müssen die Bewegungsabläufe möglichst sinnvoll und in der richtigen Reihenfolge erlernt werden.

Die drei angehenden Ludwigshafener Trainer, Dennis, Ömer und Meduard, ließen sich von den Risiken und Herausforderungen nicht abschrecken und absolvierten erfolgreich das Ausbildungswochenende mit ihren Kolleg*innen aus München, Regensburg und Frankfurt am Main.

Offener Parkour-Treff Ludwigshafen

In Ludwigshafen wird zurzeit an drei Standorten regelmäßig Parkour-Training durchgeführt. Das Parkour-Training ergänzt das Angebot von Einrichtungen der Offenen Kinder- und Jugendarbeit und der Straßensozialarbeit. Im offenen Parkour-Treff können Kinder und Jugendliche an unterschiedlichen Wochentagen die Grundlagen des Parkour-Sport erlernen. Dabei werden sie von ausgebildeten Parkour-Trainer*innen fachlich unterstützt.