



Lu4u.de

## Parkour Workshop für angehende Trainerinnen und Trainer

**Acht Jugendliche ab 12 Jahren haben am Workshop für angehende Trainerinnen und Trainer teilgenommen.**

Parkour ist eine Trendsportart, bei der Hindernisse im urbanen Raum mit kreativen und innovativen Bewegungen überwunden werden. Dazu brauchst es nur bequeme Kleidung und die Lust sich zu bewegen.

Der Workshop orientierte sich an den Parkour-Erfahrungen der Teilnehmenden. Viele trainieren regelmäßig im offenen Parkour-Treff des Bereichs Jugendförderung und Erziehungsberatung. Das beständige Freizeitangebot in mehreren Stadtteilen Ludwigshafens bietet Kindern und Jugendlichen eine unverbindliche und niedrighschwellige Teilnahme am Parkour-Angebot. Das Ziel des Angebots ist es, junge Menschen zu qualifizierten Anleitern bzw. Trainern im Parkour-Sport auszubilden und somit zum ehrenamtlichen Engagement hinzuführen. Der offene Parkour-Treff Ludwigshafen wird von der BASF SE unterstützt. Im Workshop erlernten die Jugendlichen die Grundlagen in der Parkour-Philosophie und der Didaktik. Ebenso wurden die Jugendlichen im Umgang mit Risiko bei gewissen Bewegungen sensibilisiert. „Bewegungsabläufe verstehen und sie anderen Kindern und Jugendlichen so einfach wie möglich beizubringen, erfordert von den Trainerinnen und Trainern ein Maß an Disziplin, Motivation und hohe soziale Kompetenz“ so der Referent, Dennis Schindwein. Dennis (21 Jahre) ist selbst ein erfolgreicher Parkour-Athlet und leitete bereits zahlreiche Workshop und Seminare im Parkour-Sport. Am Ende des Workshops gestalteten die Teilnehmenden einen eigenen, sog. Run, in dem sie eine Strecke mit Hindernissen leichtfüßig und ohne Unterbrechung überwinden sollten. Danach haben einige Jugendliche ihre „Runs“ anderen Teilnehmenden beigebracht und sich in der Rolle des Trainers erprobt.

