



Nur wenn Schwinger (links Mandy Schulze-Hessing, rechts Hannah Menzel) und Springer (links Kristin Schultze, rechts Luisa Hutschalik) ein gutes Team sind, klappen die geplanten Elemente reibungslos. Fotos: Susanne Schweitzer

Rope-Skipper springen in den Brackweder Frühling

Seilchenspringen? Das ist doch nur etwas für Kinder oder eine Trainingsübung für Boxer. Stimmt: »Seilchenspringen« ist kein Wettkampfsport – aber Rope Skipping auf jeden Fall. Das werden die »Teuto Skipper« des Sportvereins Brackwede (SVB) einmal mehr beim »Brackweder Frühling« beweisen.

Auf der Bühne auf dem Treppenplatz will die Rope-Skipping-Showgruppe mit Musik und viel Elan in Einzel- und Gruppedarbietungen dem Publikum den Unterschied verdeutlichen – wobei die Anfänge dieses anstrengenden Wettkampfsports tatsächlich im einfachen Seilchenspringen liegen. »Die ersten Kontakte mit dem Seilspringen haben die Kinder oft auf dem Schulhof«, sagt Marina Klösener, Leiterin der Rope-Skipping-Showgruppe und stellvertretende Leiterin der Turnabteilung im SV Brackwede, zu der die Rope-Skipper gehören. Umso mehr begrüßt sie, dass die Grundschulen seit einigen Jahren den Kindern in den Pausen Sportgeräte zum Ausleihen anbieten, darunter auch das Sprungseil. »Das macht vor allem den Mädchen viel Spaß«,

sagt Marina Klösener.

Aber auch für Jungen ist diese Sportart geeignet, wie Eyra Türk beweist: Der 17-Jährige trainiert bereits seit Jahren mit den Mädchen zusammen und konnte sich im vergangenen Jahr bei den Deutschen Meisterschaften in Koblenz einen ersten Platz sichern. »Das Geschlecht spielt beim Rope Skipping keine große Rolle«, sagt Marina Klösener. Ein kleiner Unterschied sei vielleicht, dass sich die Jungen eher durch Kraftelemente auszeichnen, während die Mädchen mit Bereich Eleganz und Rhythmusgefühl stärker seien.

Neben dem Spaß am Rope Skipping spielen Kraft, Körperbeherrschung und Kondition eine entscheidende Rolle – und Kreativität: Immer wieder überlegen sich die Mäd-

chen – und natürlich auch der Junge – neue Elemente, die ausprobiert werden und an denen geschliffen wird. Dabei geht es nicht nur um das »normale« Springen: Auch turnerische Elemente wie Liegestütz, Vierfüßlersprung und angedeuteter Spagat sowie Akrobatik werden eingefügt. Eine spannende und für den Zuschauer besonders interessante Übung ist das »Wheel«: Hier bilden mehrere Springer eine Kette, indem sie je einen Griff ihres Seils an ihren linken und rechten Nachbarn weitergeben und Tricks wie

Drehungen oder Platzwechsel präsentieren. Das alles muss natürlich regelmäßig trainiert werden: Zwei- bis dreimal pro Woche treffen sich SVB-Rope-Skipper wechselweise in den Turnhallen der Marktschule, der Fröbelschule und der Schule am Lönkert,

unterteilt in Anfänger, Fortgeschrittene und Showgruppe.

»Beim »Brackweder Frühling« wollen wir dem Publikum einen Einblick in unsere Sportart geben«, sagt Marina Klösener. Die Gruppe wird besondere Elemente aus ihrem Showprogramm zeigen – sowohl im Einzelspringen als auch im Double Dutch. Hierbei werden zwei Seile von zwei Schwingern (Schlägern) in Gegenrichtung geschlagen. Zwischen den Seilen können – je nach ihrer Länge – gleichzeitig schon mal zehn und mehr Springer »hüpfen«. Damit alle möglichst synchron springen, werden die einzelnen Elemente mit dem Kommando »Ready, steady, go« eingeleitet. »Das Double Dutch ist für das Publikum natürlich besonders attraktiv, weil es variantenreicher ist«, sagt Marina Klösener. →