

Harte Stürze für Stuntmen

TRAINING Wer mit einem Trapez über „tiefe Schluchten“ schwingt oder sich von einer Sprossenwand wie von einem Felsen stürzt, der will ein Held wie im Film werden.

Von Susanne Böhling

Stuntman wollen sie alle werden. Denn die sind schließlich die wahren Helden in actionreichen Filmen. 24 Jungen arbeiten in der Stunt Academy der Kindersportschule hart für ihren Traum. Auf drei Mattenreihen rollen sie sich einer nach dem anderen rückwärts über die Schulter ab. Nicht jeder der Teilnehmer im Grundschulalter kann seinen Rücken so rund machen, dass er einen Sturz geschmeidig abrollen könnte. Wer das nicht schafft, schiebt aber bereitwillig eine Wiegegymnastik ein, damit das besser wird.

Meist ist es muckmäuschenstill – sonst stehen Liegestützen an

„Heyheyhey“, sagt Trainer Michael Röhrs, weil er die nächste Übungseinheit der zweitägigen Ferienaktion erklären will. „Hohoho“ brüllen die Jungs zurück, dass die Wände wackeln. Danach ist es muckmäuschenstill. Fast. Der 23-jährige Diplomsportwissenschaftler aus Köln deutet nur kurz mit dem Finger auf den Störenfried und schon lässt der sich auf die Hände fallen und absolviert zufrieden grinsend eine Reihe von Liegestützen.

Aufmerksam ist auch der Junge wieder, der zuvor blass und mit säuerlichem Gesicht der Marke sterbender Schwan deutlich machen wollte, dass ihm von den

vielen Rollen ganz flau im Magen wurde. Einige der kleinen Stuntmen sitzen Arm in Arm nebeneinander und lauschen dem Trainer. Der deutet gerade auf den hohen Kasten, vor dem ein Trapez von der Decke hängt. „Der Sprung über die Schlucht“, sagt Röhrs mit bedeutungsschwerer Stimme. Gleich werden sich die angehenden Helden in die Tiefe schwingen und auf einer dicken weichen Matte landen. „Ganz wichtig: Wenn ihr die Trapezstange fasst, dann mit dem Daumen so, dass ihr sie umschließt“, sagt Röhrs und macht es vor.

„Das Problem an der Schlucht“, sagt er weiter: „Ihr habt nur einen Versuch, loszulassen.“ Wenn das Trapez zurück schwingen würde, würden die Stuntmen gegen den Felsen knallen, und das gilt es zu vermeiden. Der Trainer zeigt auch, wie man den Sprung elastisch mit den Knien abfedern muss.

Dann geht es los. Röhrs und sein Helfer Frank Engel, Student der Sportwissenschaften, wissen nach einem Vormittag bereits, welchen der Jungen sie nur genau beobachten müssen, um im Notfall eingreifen zu können, und bei welchem sie von Anfang an Hilfestellung leisten müssen. „Manche können nicht viel“, sagt Röhrs, der selbst als Jugendlicher Handball gespielt und geturnt hat sowie zum Judo gegangen ist.



Beim Sprung von der Wand in der Sporthalle der Montessori-Grundschule am Gerowerwei üben die Jungs das richtige Fallen und Abrollen. Foto: Reichartz

■ ALLE INFOS IN KÜRZE

ANBIETER Die Stunt Academy ist eines von zahlreichen Angeboten der Kindersportschule KiSS im Kinder- und Jugendsportverein Mönchengladbach. Weitere Trägervereine der Kindersportschule Mönchengladbach sind der Verein TuS Wetschewell und der ASV Dojo Mönchengladbach.

ZIEL Die KiSS hat es sich zum Ziel gemacht, der Bewegungsarmut bei Kindern vorzubeugen.

VORBILD Als Vorbild für die Kindersportschule MG gilt das seit 20 Jahren erfolgreiche KiSS-Konzept des Schwäbischen Turnerbundes.

 www.kiss-mg.de