

„Freestyle schult Körper und Geist“



Für Sportler und YouTuber Kerem Elver vom „Gorilla Freestyle Team“ darf kein Tag ohne sein Skateboard vergehen. Für den 40-Jährigen gehört eine gesunde Ernährung zu seinem Lebensstil. Foto: Marco Frömter

WORKSHOP In Roth zeigten Profis Schülern, wie Spaß und Gesundheit Hand in Hand gehen.

Marco Frömter

Erfolgsrezept: Freestyle-Sport. Ein buntes Team aus über 40 Freestyle-Sportprofis, Ernährungsfachleuten und ausgebildeten Coaches verwandelte die Rother Anton-Seitz-Mittelschule im Rahmen eines Workshop-Tages in ein großes Freestyle-Paradies mit leckeren Buffets und Ateliers.

Mission der „Gorilla“-Truppe sei, für einen gesunden Lebensstil zu werben, erklärte Tobias Kupfer, Mitgründer der gemeinnützigen Bewegung. Bei ihrer aktuellen Tour durch ganz Bayern werben die Profis sowohl für eine gesunde Ernährung als auch für sportliche Betätigung.

„Freestyle findet sich in nahezu allen Bereichen der Jugendkultur – in Sport, Musik, Kleidung, Kunst und Sprache. Dabei heben sich wahre Freestyler weniger über ihr Äußeres als vielmehr durch ihren Charakter und ihr Verhalten von der breiten Masse ab. Genau dies macht sie so authentisch. Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene verbinden sich sehr schnell mit ihnen, denn sie sprechen ihre Sprache, genießen unmittelbaren Respekt durch ihre Skills und bieten zudem eine hohe Identitätsstiftung. Dies sind die besten Voraussetzungen, um junge Menschen langfristig zu mobilisieren“, so Kupfer im Detail.

Die „Gorilla Freestyle Tour“ sei das Highlight des mehrfach preisgekrönten und von Kindern sowie Lehrkräften gleichermaßen gefeierten Schulprogramms, bei dem insgesamt 45 Schulen im Freistaat für zwei Jahre begleitet werden würden.

Der Clou: Selbst ausprobieren

Jedenfalls durften sich die Schülerinnen und Schüler der Anton-Seitz-Schule zunächst über eine Vorführung freuen, die von beispielsweise Weltmeistern auf dem Skateboard, Roller und anderen Sportgeräten dargeboten wurde. Auch Frisbee und Breakdance durfte dabei nicht fehlen. Der Clou: Nach der Show war es erlaubt gewesen, selbst auszuprobieren, was die Profis vorgemacht hatten.

Zur Stärkung ging es im Anschluss in die Schulküche. Gesunde Leckereien warteten darauf, verzehrt zu werden. „Es ist Zeit für etwas Positives!“, motivierte Kupfer. Denn: „In einer Welt, die bestimmt ist von negativen Schlagzeilen, Bewegungsmangel, Energy-Drinks und langer Screentime, ist es essenziell, Kindern etwas anzubieten, das ihre körperliche und mentale Gesundheit stärkt.“

Freestyle-Sport sei dafür perfekt geeignet, da mehr als Sport vermittelt werde: „Es handelt sich um einen Lebensstil, der Körper und Geist trainiert und sich durch Respekt, Vielfalt, Inklusion, Kreativität und Freiheit definiert“, will Kupfer aus Erfahrung wissen. Skateboarding fördere seiner Meinung nach nicht nur die körperliche Fitness durch Stärkung von Koordination, Gleichgewicht und Muskulatur, sondern auch die psychische und soziale Entwicklung. Kinder und Jugendliche lernen, ihre Grenzen zu überwinden, Selbstvertrauen zu entwickeln und im Team respektvoll zusammenzuarbeiten.

„Zudem können durch das Erlernen dieser Sportart Konzentration und kognitive Fähigkeiten gesteigert werden. Skateboarding im Schulsport ist somit weit mehr als nur eine trendige Ergänzung: Es ist eine wertvolle Methode, um junge Leute ganzheitlich zu fördern und ihnen Freude an Bewegung zu vermitteln.“ In dieser Kerbe schlug auch Schulleiterin Andrea Droglauer: „Als ich von diesem Projekt hörte, war ich sofort davon begeistert und habe unsere Schule beworben. Ich bin mehr als begeistert, was die ‚Gorillas‘ leisten und vermitteln.“
