

EINZIGARTIGES PROJEKT IN BAYERN

„Nicht immer nur Fußball“

Ringen wird mittlerweile an drei Penzberger Schulen als Wahlunterricht angeboten

VON KATHRIN GARBE

Penzberg – Daniel drückt sich flach mit dem Bauch auf die kreisförmige Matte, die in der Penzberger Wellenbad-Sporthalle liegt. Er hat die Gewichtsklasse 55 Kilo und versucht mit größter Anstrengung doppelt so schwer zu werden – zumindest, dass er doppelt so schwer von der Stelle zu bewegen ist. Nur nicht auf den Rücken drehen lassen. Sein Gegner Halil, der rittlings auf ihm sitzt, ist ein gutes Stück größer, Gewichtsklasse 60 Kilo. Er packt Daniels linkes Bein, biegt es in Richtung Rücken und dreht in einer flinken Bewegung Daniels Körper. Eine Beinschraube. Daniel liegt auf dem Rücken. Seine Brust hebt und senkt sich, er ist völlig außer Atem. Sein Gegner springt auf die Füße. Die anderen Buben, die um die Ringer herum sitzen, schauen bewundernd zu dem 15-Jährigen auf. Halil packt Daniels Hand und zieht ihn hoch.

Trainer Scharaf Girges ist



Sieht gefährlich aus, ist es aber nicht. Halil setzt gerade beim Schul-Ringen die „Beinschraube“ an.

FOTO: GARBE

zufrieden: „Gut gemacht.“ Von griechisch-römischer Ästhetik ist die Technik von Halil zwar noch weit entfernt, aber darum geht es beim „Schulsport Ringen“ nicht. Genauso wenig wie es darum geht, dass Daniel im Gymnasium ist und Halil auf der Mittelschule oder wo die anderen

13 Nachwuchs-Ringer die Schulbank drücken.

Das Projekt läuft seit über einem Jahr und findet regen Zuspruch. Zunächst war es eine Kooperation zwischen dem AC Penzberg und der Realschule. Dann wollten auch Mittelschule und Gymnasium Ringen als Wahlun-

terricht anbieten. Jetzt ist es ein schulübergreifendes Projekt. „In dieser Form das einzige in Bayern“, verkündet Trainer Scharaf Girges stolz.

Jeden Dienstagnachmittag versucht er den Jugendlichen auf sanfte Art die Kunst des Ringens näher zu bringen – Freistil im wahrsten Sinn des

Wortes. Spielerisch sollen sie Griffe wie den „Reißer“, den „Schlupfer“ oder die „Beinschraube“ lernen. Enger Körperkontakt gehört dazu – für viele der 13- bis 16-jährigen Jugendlichen am Anfang ein Problem. „Sie haben Berührungsängste“, sagt der Trainer. Da kämen schon mal

Aussagen wie „was für ein schwuler Sport.“ Die Hemmungen würden aber nach den ersten Übungen recht schnell abgebaut. Die Jugendlichen würden merken, dass Ringen ein anspruchsvoller, fairer Sport ist, bei dem es um den verantwortungsvollen Umgang mit dem Gegner geht. Die Verletzungsgefahr sei viel geringer als bei Ballsportarten. Denn, auch wenn so manch ein Neuling diese Erwartung hegt: „Mit Wrestling hat Ringen nichts zu tun“, so Girges. Würgegriffe sind zum Beispiel nicht erlaubt. Bei einigen Schülern hat er beobachtet, dass sie viel ausgeglichener geworden sind und nicht mehr so aggressiv. Daniel und Halil sind mittlerweile mit Begeisterung dabei. Vor allem, weil Ringen mal etwas anderes sei – nicht immer nur „Fußball, Fußball, Fußball“, sagen beide.

Trainer Girges würde die Realschule gern zur Stützpunktschule im Ringen ausbauen. Er hat die Gruppe für einen Wettkampf angemeldet.