

Fit machen für die Piste

Von Max Mann



Landkreis Augsburg In den Alpen ist der erste Schnee gefallen; auf der Zugspitze liegen 120 Zentimeter Schnee - die Wintersaison hat begonnen. Im Augsburger Land bereiten sich die Menschen derzeit in vielen Skigymnastikkursen auf den Wintersport vor.

Stellvertretend für unzählige Trainingsstunden im Landkreis haben wir vier davon unter die Lupe genommen und gefragt, mit welchem Altersschnitt die Kurse stattfinden, ob sie unter professioneller Anleitung laufen, wie viel die Teilnahme kostet und was die Vorteile gegenüber dem Fitnessstudio sind.

Eine Besonderheit gibt es in Aystetten. Dort leiten Bürgermeister Peter Wendel und sein Parteifreund und Gemeinderat Peter Hartung die Trainingsstunden in der örtlichen Turnhalle. Beide sind in ihrer Freizeit sportlich sehr aktiv und besitzen einen Übungsleiterschein.

Sie bereiten sich bis Ende März jeden Dienstagabend von 20 bis 21.30 Uhr gemeinsam mit etwa 15 Gleichgesinnten im Alter von 18 bis 50 Jahren auf die Skisaison vor. Auch die allgemeine Fitness haben Wendel und Hartung im Fokus.

Die Teilnehmer müssen Mitglied beim SV Cosmos Aystetten sein, wodurch sie automatisch auch über den Landessportverband unfallversichert sind. Es ist auch möglich, bis zu zwei Mal zum Schnuppern zu kommen, „doch dann sollten sie schon in den Verein eintreten“, so Wendel. Der Jahresbeitrag für Erwachsene beträgt 60 Euro, Rentner müssen 35 Euro bezahlen.

Günstiger als der Besuch im Fitnessstudio

Der größte Vorteil gegenüber den wie Pilze aus dem Boden sprießenden Fitnessstudios ist für den Bürgermeister das lebendige Vereinsleben: „Die Trainer machen das aus Überzeugung. Man kennt sich und hat gemeinsam Spaß. Viele Teilnehmer fahren auch bei den vereinseigenen Skifahrten mit.“

Ganz ähnlich sieht es in Meitingen aus. Auch dort ist eine Mitgliedschaft beim TSV Voraussetzung für die (dann kostenlose) Teilnahme. Der Spaß und die Geselligkeit stehen hier ebenfalls neben der körperlichen Fitness im Vordergrund. Ralf Kunz ist ausgebildeter Sportlehrer mit Übungsleiterschein und leitet die Erwachsenenengruppe.

Das Alter im Kurs ist laut Kunz bunt gemischt zwischen 15 und 60 Jahren. Seine Frau Bianca ist für die Kinder von 6 bis 12 Jahren zuständig und verfügt ebenfalls über eine entsprechende Lizenz. Die Teilnehmerzahl von jeweils etwa 20 Leuten ist nach Aussage des Sportlehrers in beiden Kursen zufriedenstellend.

Von Meitingen aus geht es dann im Winter auf die Piste. Für Anfänger und Fortgeschrittene werden Kurse von der dortigen Skiabteilung angeboten.

Ganz anders sieht es dagegen in Gersthofen aus. Dort ist die Nachfrage immer weiter gesunken, weshalb seit einigen Jahren keine Skigymnastikstunden mehr angeboten werden. Vielleicht liegt es daran, dass die Mitglieder der DSV-Skischule lieber auf eigene Faust trainieren.

Werner Braun, Abteilungsleiter Alpin beim TSV Gersthofen, bedauert das geringe Interesse: „Es scheiterte weder an der Hallenkapazität noch an der mangelnden Qualifikation. Alle unsere Übungsleiter sind ausgebildet und besitzen entsprechende Lizenzen.“ Selbst gezielte Werbung in Kindergärten und Schulen habe keine positive Wirkung gezeigt.

Diese ist in Fischach nicht nötig, denn der örtliche Ski- und Wanderverein kann auch dieses Jahr wieder zwei Kurse für Kinder und Jugendliche anbieten. Für die Jugend gibt es im südwestlichen Landkreis sogar ein eigenes Rennteam.

30.10.2009 05:47 Uhr

Letzte Änderung: 30.10.09 - 08.55 Uhr