

Der 9. Jahrgang geht bouldern

Mitte Januar besuchte der 9. Jahrgang der Albert-Einstein-Schule die Boulderanlage im escaladrome Hannover.

Insgesamt nahmen sieben Sportkurse an dem Projekt teil und stellten sich vielseitigen Herausforderungen.

Deutschlandweit eröffnen zur Zeit so viele Kletterhallen wie niemals zuvor. Klettern liegt damit voll im Trend und ist so beliebt wie noch nie.

Bouldern, das ist Klettern in Absprunghöhe. In der Boulderhalle sind weiche Matten verlegt, die die Sicherheit gewährleisten. Teure Ausrüstung oder besondere Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Ca. 180 Boulder (Kletterwege) unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade sorgen im escaladrome Hannover dafür, dass jeder direkt starten kann. Höhenangst spielt dabei (fast) keine Rolle.



Herr Poth zeigt Frau Günther die nächste Route.



Erläuterung der Sicherheitsregeln durch das Personal des escaladromes Hannover bevor es an die Wand geht.



Sportlich, sportlich! Einige wagen sich gleich in „die Welle“ – den stärksten Überhang der Kletterhalle.



Bouldern erfordert neben Kraft vor allem Gleichgewicht, Beweglichkeit und Kreativität.

Nach kurzer Eingewöhnung geht es in Kleingruppen los. Insgesamt gilt es zehn Kletterrouten zu bezwingen und auf einem Laufzettel abzuhaken. Während einige Schülerinnen und Schüler zunächst etwas zögern, stürzen sich andere direkt auf die anspruchsvollen Routen im Überhang. Das Klettern in den Kleingruppen wirkt motivierend. Sobald ein Gruppenmitglied eine Route schafft, wollen die anderen nachlegen. Doch es ist eher ein Miteinander als ein Gegeneinander. Die Schülerinnen und Schüler knobeln gemeinsam an Lösungen und feuern sich untereinander an. **Bouldern ist Teamsport!** Der Wettkampf richtet sich gegen sich selbst und nicht gegen die anderen. Am Ende kommt jeder auf seine Kosten und ist wahrscheinlich auch an seine Grenzen gekommen. Die Muskeln werden müde und die Handflächen schmerzen. „Merkst du auch deine Unterarme?“, frage ich Simon aus der 9G2. „Nee, nicht wirklich... Ich bin Schlagzeug.“ Training scheint also zu helfen. Auch wenn es am Schlagzeug ist. (LAU).



Teambesprechung: Wie ist die nächste Route zu lösen?



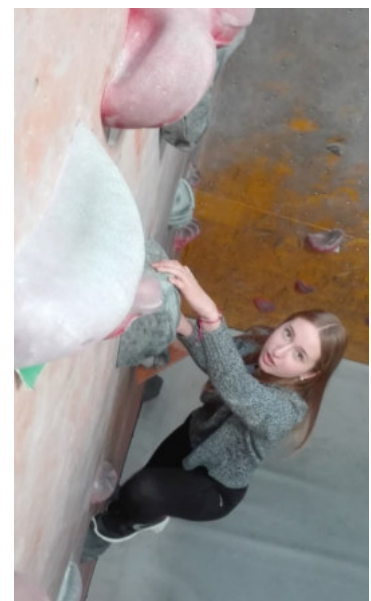
Route 5: Kein Problem für Malin.



Voll im Trend: Im nächsten Schuljahr wird ein Sportkurs Bouldern an der Albert-Einstein-Schule in Kooperation mit dem escaladrome Hannover für die Jahrgänge 10 und 11 angeboten.



Adrian hat den Top im Visier. Kurz vor dem Top: Simon bezwingt „die Welle“.



Cathi auf dem Weg nach oben.