

Mit dem Hubschrauber durch die Turnhalle

Weißt Du, was eine Affenspirale ist? Oder ein Bauchwellensprung? Denkst Du bei „Hubschrauber“ an eine Turnhalle? Eher nicht. Aber Elisa Böhme und Natalie Wolf (beide 14) denken sofort daran. Und an ein Rad, eigentlich an zwei Räder, die aussehen wie ein riesengroßes Hamsterrad mit Sprossen, auf denen man stehen oder an denen man sich festhalten kann. Elisa und Natalie sind richtig gut in ihren Hamsterrädern, die natürlich nicht Hamsterrad heißen, sondern Rhönrad.

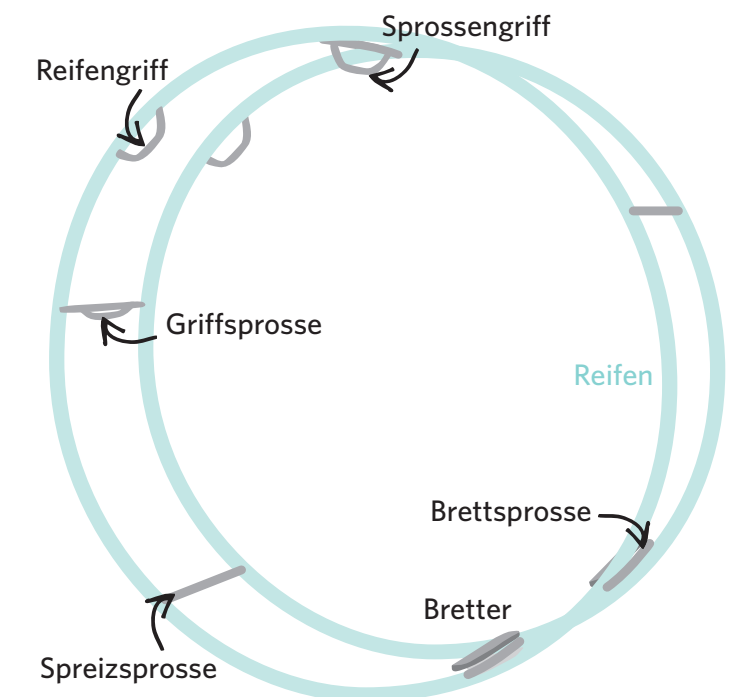
Hubschrauber, Affenspirale und Bauchwellensprung sind Übungen, die die beiden 14-Jährigen in und auf und an dem Rhönrad turnen, während das Rad rollt. Mal stehen sie auf dem Kopf, mal hängen sie auf der Außenseite des Rades. Aber immer müssen sie schnell genug sein, damit das Rad nicht über die Füße oder die Finger rollt. „Das kommt schon mal vor“, sagt Natalie. „Das tut kurz weh, manchmal wird der Finger auch blau. Das ist aber nicht so schlimm.“ Natalie muss es wissen, denn sie ist schon lange dabei. „Ich hab’ im Kindergarten einen Zettel gesehen, darauf wurde Werbung fürs Rhönrad turnen gemacht. Das wollte ich auch machen. Seitdem bin ich beim MTV dabei.“

Elisa war erst bei den Kunstturnern. Dann hat sie bei einer Aufführung das Rhönrad gesehen. Das fand sie noch interessanter als „nur“ zu Turnen - und sehr besonders. Seit fünf Jahren fährt Elisa nun ein- zweimal in der Woche von Steinenbronn, wo sie wohnt, nach Möhringen, wo sie trainiert. Als erfahrene Rhönrad-Turnerinnen geben die zwei den Anfängerinnen Hilfestellung, die sich erst mal ans Rhönrad gewöhnen müssen. „Anfangs läuft man auf den Reifen, macht ganz leichte Übungen. Erst später bindet man sich mit den Schuhen fest“, erklärt Elisa und zeigt auf ihre Schnürschuhe. Die sind genau andersrum gebunden als bei normalen Schuhen - also von oben nach unten. „Damit die Schlaufen nicht unter den Bindungen drücken.“ 20 Mädchen trainieren an diesem Abend in der Turnhalle. Keine Jungs. „Es gab mal zwei Jungs, aber die haben wieder aufgehört“, sagt Natalie. Sie findet es schade, so wie die meisten Mädchen. Dann steigt sie zusammen mit Elisa ins Rhönrad und sie turnen voller Konzentration und Körperspannung. Spielerisch leicht sieht es aus, wenn die zwei Hubschrauber, Bauchwellensprüngen und Affenspiralen üben.



Was ist ein Rhönrad?

Das Rhönrad ist ein Sportgerät, das aus zwei großen Reifen besteht, die durch **sechs Sprossen** miteinander verbunden sind. Die Turner können auf den Sprossen stehen und sich an Griffen festhalten. Das Rhönrad wurde **vor 100 Jahren** erfunden. Als Junge rollte der kleine **Otto Feick** schon in zwei Reifen, die man für Fässer benutzte, kleine Hügel hinunter. Später hatte Feick eine Werkstatt für Metallbau und tüftelte weiter an den Reifen herum. Als er mit seiner Konstruktion zufrieden war, nannte er es „Rhönrad“, weil er in einem **Ort in der Rhön** wohnte. Die Rhön ist ein Mittelgebirge in Bayern. Weil man für das Rhönrad viel Platz brauchte, wurde früher im Freien geturnt.



Wo kann ich Rhönrad turnen?

In Stuttgart gibt's zwei Vereine, die Rhönrad turnen anbieten: MTV Stuttgart und SportVG Feuerbach. Beim MTV wird freitags von 16.45 bis 17.45 Uhr in der Heilbrunnenhalle in Möhringen trainiert. Wer mitmachen möchte sollte sich unter www.mtv-stuttgart.de ankündigen. In Feuerbach gibt es mehrere Trainingszeiten. Man kann sich unter www.rhoenrad-feuerbach.de informieren. Iris Lemaczyk (Text), Achim Zwegarth (Bilder)