

Inklusion mit Sport: raufen nach Regeln

Lebenshilfe Aschaffenburg: Ein Pilotprojekt startet durch – Motorik und Körpergefühl werden gefördert

ASCHAFFENBURG. Im Frühjahr 2016 war es soweit. Eine Gruppe aus dem Bereich Freizeit, Begegnung, Bildung der Lebenshilfe Aschaffenburg machte sich auf den Weg nach Niedernberg zu Fechers Fitness Factory. Bewegungsspiele waren angesagt, dazu Raufen nach Regeln bis hin zum Ringen in ganz einfacher Form. Menschen mit und ohne Behinderung gingen gemeinsam auf die Matte. Inklusion mit Sport. Das Pilotprojekt war ein voller Erfolg.

Die beiden Projektleiter Coach Lukas Fecher und Heiko Knapp, Sozialpädagoge bei der Lebenshilfe Aschaffenburg, wollten mehr. Bald entstand eine feste monatliche Gruppe. Auch die Offenen Hilfen der Lebenshilfe Miltenberg stiegen als neuer Kooperationspartner mit weiteren Teilnehmern und ehrenamtlichen Begleitern mit ein.

Raufen nach Regeln bedeutet faires miteinander kämpfen und das Erlernen und Einhalten von Regeln. Die Motorik und das Kör-



Respekt ist wichtig. Foto: Sebastian Andres

pergefühl werden gefördert sowie spielerisch Kraft, Ausdauer und Geschicklichkeit verbessert. Auch lernen die Kinder und Jugendlichen das Gewinnen und Verlieren und entwickeln Strategien damit umzugehen. Coach Fecher betont außerdem den enormen Wert für das Selbstwertgefühl.

»Projekt der Begegnung«

Mit einem Youtube-Bericht von Martin Schenk TV versuchte Lu-



Kampfübungen. Foto: Sebastian Andres

kas Fecher potenzielle Förderer und Sponsoren zu mobilisieren. Jenni Haas vom Jugendschutz der Stadt Aschaffenburg entschied sich zu engagieren: für das »Projekt der Begegnung«, wie sie es nennt. Seitdem gibt es mit Unterstützung von Haas und Knapp eine weitere Gruppe, die sich zusätzlich einmal pro Monat in der Fitness Factory trifft. Neben Menschen mit und ohne Einschränkungen nehmen daran

auch Aschaffener Jugendliche teil, die ursprünglich aus Syrien stammen und hier Integration erfahren. Inklusion mit Sport eben.

Inklusive Fortbildung

Um weitere Multiplikatoren zu erreichen und die Idee weiter zu tragen haben die Projektleiter Knapp und Fecher im Juli nun ihre erste inklusive Fortbildung gestartet. Coach Lukas Fecher ließ sich von Lehrkräften, pädagogischen Fachkräften, Übungsleitern und Ehrenamtlichen bei seiner Arbeit mit Teilnehmern mit Handicaps über die Schultern schauen, gab Anregungen und Hilfestellungen beim gemeinsamen Raufen nach Regeln.

Auch im nächsten Jahr soll es dieses inklusive Fortbildungsangebot vom Bereich Freizeit, Begegnung, Bildung der Offenen Hilfen der Lebenshilfe Aschaffenburg e.V. und Fechers Fitness Factory geben. *Heiko Knapp*