

“In der Turnhalle sind wir alle gleich” – vom Glück, ein Turnlehrer zu sein

*Karl-Heinz Brückner ist seit 18 Jahren beim Blankeneser MTV. Er trainiert Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Normalerweise ist er an sieben Tagen in der Woche in der Turnhalle. Während der Corona-Pause war Zeit, mit ihm über seine Arbeit zu sprechen und mit etwas Distanz auf das Training zu blicken.
Hella Kemper hat das Gespräch aufgezeichnet.*

Herr Brückner, was haben Sie gemacht, als die Turnhalle geschlossen war?

Da war mehr Zeit für die häusliche Arbeit und den Garten. Außerdem habe ich mich fit gehalten mit Walking und Fahrradfahren. Aber mein persönlicher Rhythmus war schon sehr gestört – das Training strukturiert ja meinen Alltag und diese Struktur hat mir sehr gefehlt. Vor allem habe ich die Begegnung mit den Kindern vermisst; deswegen ist es schön, wenn jetzt das Training langsam wieder losgeht, wenigstens draußen – in der Halle geht es noch nicht wegen des Hygienekonzepts. Leider werden wohl alle Turnerinnen und Turner am Ende Trainingsdefizite haben.

Bitte erzählen Sie ein bisschen aus der Welt der Sporthalle.

Es ist eine sehr lebendige Welt: Die Kinder haben ja einen enormen Bewegungshunger, wenn sie gesund sind. Die Lebendigkeit der Kinder bestimmt die Atmosphäre in der Turnhalle. Diese besondere Atmosphäre ist vielleicht auch der Grund dafür, dass Eltern und Großeltern so gern zugucken. Sie sehen fröhliche Kinder, die sich gern bewegen.

Wie wird diese Atmosphäre möglich?

In der Halle zählt nur das Turnen. Die Kinder und Jugendlichen vergessen für ein paar Augenblicke ihre Probleme, vielleicht den Streit mit den Eltern, die Sorgen in der Schule. In dem Moment, wenn sie aus der Umkleide in die Halle kommen, treten die Sorgen in den Hintergrund.

Wie strukturiert sich das Training konkret?

Nun, das Turnen mit den 4- bis 5-Jährigen ist natürlich anders als das Training mit den älteren TurnerInnen. Außerdem unterscheiden wir ja zwischen den allgemeinen Trainingsgruppen und den wettkampforientierten Gruppen.

Was steht am Anfang?

Das spielerische Erlernen der Grundelemente des Turnens, dazu zählen Rollen, Rad und Handstand, später dann Überschlag und Salti. Die Wege dahin sind natürlich sehr individuell, mal dauert es länger, mal fällt es schwerer, bis jemand sein Ziel erreicht hat. Klar, man will am liebsten gleich alles können.



Gibt es dann Frust, wenn es nicht klappt?

Es gibt vor allem gegenseitige Bewunderung und immer wieder den Zuspruch, „dran zu bleiben“. Dieses Zusammengehörigkeitsgefühl macht eine Turnstunde schön. Es geht nicht nur um das Vorankommen, obwohl das natürlich im Vordergrund steht. Mir gefällt die große Lebendigkeit innerhalb der Gruppen, auch wenn die unterschiedlich ausgeprägt ist.

Wie sieht das konkret aus?

Meine Jüngsten, die zwischen vier und sechs Jahre alt sind, turnen am Montag. Wegen des Andrangs mussten wir die Gruppe dem Alter entsprechend teilen, so dass die 6- bis 8-Jährigen erst danach dran sind. Da kommen dann pro Gruppe 30 Kinder und noch mehr pro Stunde zum Training. Mit meinen festen Helferinnen Rosa Tamm und Helene Kemper läuft das prima, und wir sind ein eingespieltes Team. Manchmal springen sogar große Mädchen aus den allgemeinen Gruppen als Ersatz ein.

Wie trainieren die Jüngsten?

Nach dem olympischen Konzept vom VTF. Das sind zehn Grundübungen bestehend aus Kraft, Dehnung und Komplexübung. Selbst wenn die Übungen zu schwer sind, steuern wir mit leichten ähnlichen Einheiten dieses Konzept trotzdem an. Sind die Kinder sechs Jahre alt, können sie an einem Kaderwettkampf im Leistungszentrum Hamburg teilnehmen.

Aber das schaffen ja nicht alle?

Die Gruppe teilt sich dann irgendwann in eine Wettkampf- und eine allgemeine Turngruppe. Die Wettkämpfe im allgemeinen Bereich sind sehr gut strukturiert. Zuerst kommt der Sausewindwettkampf, dann der Halloweenwettkampf P-Cup (Pflichtübungen). Der HG-Wettkampf (Kürübungen) und das Ligaturnen der besten Turnerinnen sind altersübergreifend.

Aber für die Kinder, die es in das Kadertraining schaffen, läuft es anders?

Ja, meistens trainieren diese Kinder dann zusätzlich in einem anderen Verein, weil wir beim BMTV gar nicht so viel Trainingsstunden für diese Kinder anbieten können.

Wie stelle ich mir das Training bei den Jugendlichen vor?

In der Jugendgruppe trainieren alle, die älter als zwölf sind. Klar, hier läuft es natürlich anders. Zuerst wird die Airtrack-Bahn aufgebaut, dann kommt die Musikanlage und in kleinen Gruppen beginnt das Erwärmen. Es ist ein freies, ungezwungenes Training, in denen sich die kleinen Gruppen immer wieder neu zusammen finden, je nach Neigung und auch Können. Das ist schön zu beobachten. Es kommt auch vor, dass da jemand im Handstand seine Schul-Kladde zwischen den Stützarmen liegen hat und kurz vor einer Klausur seinen Stoff wiederholt. Oder die Mädchen sich im Parkour Vokabeln abfragen. Oder sich unterhalten. Das darf alles sein, das ist das Leben.



Aber es wird auch geturnt?

Natürlich, immer wieder Salti, Flick-Flack und Überschlag. Die Jugendlichen wollen etwas erreichen. Sie alle haben Ziele, mal größere, mal kleinere. Bei der Hilfestellung sind oft die großen, starken Jungs gefragt, bis die Mädchen dann abwinken und lieber alleine weiterüben wollen. Zum Trainingsabschluss gibt es meistens ein Spiel, das oft über die Trainingszeit hinausgeht, so dass schon so mancher Vater nicht ganz so entspannt in die Turnhalle kam. Wenn ich mitspiele, bekomme ich sogar auch mal den Ball.

Was macht das Turnen besonders?

Die meisten TurnerInnen genießen offensichtlich die Harmonie, die in den Bewegungsabläufen steckt. Wenn ich in die Gesichter gucke, dann sehe ich oft erst Angst oder Zweifel, aber wenn sie ihre Furcht überwinden und den Flick-Flack schaffen, dann ist da ein Strahlen und die Bewegungen sehen ganz leicht aus. Dann sind sie stolz. Das Ziel ist die Ideallinie, also die Bewegung, die ganz leicht wird. Die Suche danach lässt die Jugendlichen immer weiter trainieren.

Und die Erwachsenen?

Sie turnen am Freitag bei mir. Da geht es um Gymnastik und kleines Krafttraining mit leichten vorbereitenden Turnübungen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, aber es sind ganz tolle TurnerInnen dabei, die vor ein paar Jahren noch im Leistungsturnen trainiert haben. Zum Abschluss spielen wir ab und zu Prellball.

Was gilt für alle Gruppen und Altersstufen gleichermaßen?

Für mich als Trainer ist es schön zu sehen, wie alle TurnerInnen lernen, sich in eine Gruppe einzufügen. Sie helfen sich gegenseitig und motivieren sich. Das ist unabhängig vom Alter. Niemand wird ausgeschlossen. In der Turnhalle sind wir alle gleich. Ich möchte, dass die Turnerinnen fröhlich aus der Halle nach Hause gehen. Sie sollen sich bestätigt und bestärkt fühlen. Wenn sie nichts gemacht haben, sind sie auch nicht zufrieden, das spüren sie selber.