

„Man muss sich auf die anderen verlassen können“

Das Sechser-Kunstrad-Team

des RS Niedersachsen Schwanewede besteht aus Sara Mouslih, Melia Becker, Jann Endrik Rose, Marai Haltermann, Mia und Nora Gründel. Ihre Trainerinnen sind Anja von der Behrens sowie Katrin Haltermann.

Zuerst eine Frage an die Trainerinnen: Was ist Kunstradfahren und warum gefällt euch dieser Sport?

Katrin Haltermann: Für uns ist es der schönste Sport der Welt. Beim Kunstradsport fährt man auf Kunsträdern. Mit denen kann man vorwärts, rückwärts und auf einem Rad – das heißt Steiger – fahren. Man absolviert verschiedene Übungen, 25 Stück in einem Programm. Die Kampfrichter schauen, ob man das gut macht oder es Abzugspunkte gibt.

Anja von der Behrens: Wenn ich jemandem Kunstradfahren erkläre, sag ich immer, das es ein wenig so wie Synchronschwimmen ist. Das Mannschaftsfahren

und das Synchronschwimmen kann man miteinander vergleichen. Es muss immer alles ganz gleichmäßig sein. Das ist dabei das Schwierige.

Nun eine Frage an die Sportler: Warum macht ihr diesen Sport?

Sportlerinnen: Also für uns ist

es der schönste Sport der Welt [lachen].

Was gefällt euch am Kunstradfahren?

Das Schöne ist der Zusammenhalt. Wenn eine Person nicht da ist, kann die ganze Mannschaft nicht fahren. Daher muss man



Im Gespräch: das Sechser-Kunstrad-Team des RS Niedersachsen Schwanewede mit ihren Trainerinnen. FOTO: DIE SCHÜLER DER ZEITUNGS-AG

sich auf die anderen verlassen können.

Wie sieht ein normales Training aus?

Anstrengend! Wir trainieren drei Mal in der Woche. Wir beginnen meistens mit einem Ausdauer- und Krafttraining. Das dauert in der Regel 30 Minuten.

Wie geht es dann weiter?

Dann sind wir noch eine bis eineinhalb Stunden auf dem Fahrrad und üben dort die Radbeherrschung, das Vorwärts- und Rückwärtsfahren und unsere Programme. In der Wettkampfzeit üben wir unsere Programme drei bis vier Mal pro Training.

Was braucht man, um den Sport zu machen?

Trainerinnen: Es gibt besondere Schuhe und man benötigt Gymnastikkleidung. Außerdem braucht man Freude, Spaß und Muskeln. Und ein Fahrrad natürlich, aber das bekommt man

vom Verein gestellt. So ein Fahrrad ist nämlich richtig teuer.

War es schwer, als ihr angefangen habt?

Sportlerinnen: Am Anfang war es schon sehr schwer. Jetzt ist es auch noch schwer, weil man immer neue, schwierige Übungen lernt.

Habt ihr euch oft wehgetan?

Man tut sich schon manchmal weh, aber es ist eigentlich nichts Schlimmes.

Wer kann alles beim Kunstradsport mitmachen?

Trainerinnen: Grundsätzlich kann erst mal jeder mitmachen, der Lust hat, motiviert ist und ein bisschen Talent mitbringt. Aber Talent ist nicht alles, weil man mit ganz viel Fleiß auch ganz viel lernen kann.

Das Gespräch führten Bjarne Schröder, Katharina Brak, Mariella Wille, Eva Wagengut und Ole Conrad.