

Spielend lernen – jedermann, jederzeit und überall

Das vielseitige Schweizer Bewegungskonzept Street Racket bewegt unser Land. Mit sehr wenig Aufwand lässt sich auf vielen Ebenen eine grosse positive Wirkung erzielen – auch im Tennis, aber nicht nur, wie ein Besuch bei der Tennisschule von Freddy Siegenthaler im TC Brugg zeigt.

TEXT & FOTOS: ANDY MASCHEK



Auch der Vorplatz der Tennishalle kann sinnvoll genutzt werden.

An diesem Freitagnachmittag ist die gute Laune sicht- und spürbar. Nach ein paar Schlägen mit dem Tennisracket wechseln sieben Nachwuchsspielerinnen und -spieler ihr Gerät. Vom minutiös gespannten Hightech-Racket zum auf den ersten Blick einfachen Holzschläger. In der Halle des Tennisclubs wird nun auf und neben dem Court auf verschiedenen Feldern gespielt. Alleine gegen die Wand, zu zweit oder in grösseren Gruppen, wobei der normale Tennisbetrieb ungestört weiterlaufen kann. Beobachtet werden sie dabei von Lehrer Freddy Siegenthaler und Marcel Straub, der diese junge Sportart gemeinsam mit seiner Frau Rahel ins Leben gerufen hat.

Vielseitig einsetzbar

Natürlich, das Material ist anders und auch die Regeln sind nicht dieselben wie

im Tennis; Smashes sind beispielsweise grundsätzlich nicht erlaubt, in den meisten Spielarten geht es zudem darum, mit und nicht gegen seinen Kollegen zu spie-

«Street Racket fördert beispielsweise die Seitigkeit oder die Ballabschätzung und Aug-/Handkoordination»

FREDDY SIEGENTHALER

len. Aber der Effekt ist gross. Freddy Siegenthaler, Diplomentrainer Swiss Olympic und Kidstennis-Spezialist Swiss Tennis, setzt Street Racket regelmässig ein, vor allem in den Bereichen Koordinations-training, Technikschiulung, Wettkampf-

training sowie als Animation und zum Plausch. «Street Racket fördert beispielsweise die Seitigkeit oder die Ballabschätzung und Aug-/Handkoordination», sagt er. Dank den kurzen Hebeln und eher trägen Schlägern lassen sich im Kidstennis auch folgende drei Prinzipien ideal einführen: Ball vorne treffen, einfache, kurze Bewegung sowie tiefe Bereitschafts-

«Das grosse Plus von Street Racket ist für mich und meine Tätigkeit als Regionalverbandstrainer die Multifunktionalität»

SVEN LEUZINGER

stellung. Auch Sven Leuzinger, Mitglied Ausbildungskommission Swiss Tennis und Street Racket Instruktor, ist von der neuen Sportart überzeugt: «Das grosse Plus von Street Racket ist für mich und meine Tätigkeit als Regionalverbandstrainer die Multifunktionalität – ich kann Spielformen als aktivierenden Einstieg in eine Lektion, als Aufwärmen vor Turnieren, für Teambildungsprozesse, zur Verbesserung des Ballgefühls, zum logischen und strukturierten Aufbau von Spielzügen am kleinen Modell sowie zur Elaboration von Spielübersicht einsetzen.»

Die Junioren im TC Brugg setzen die Inputs von Street Racket-Gründer Marcel Straub schnell um. Der Spassfaktor ist gross. Sei das zuerst in der Tennishalle, aber auch danach auf dem Vorplatz des Tennisclubs. Die Übungen dort zeigen einen weiteren Vorteil auf: Street Racket kann beinahe überall gespielt werden. Inert kürzester Zeit sind die drei oder fünf Quadrate auf dem Boden markiert. So kann das Bewegungskonzept auch von

«Es bietet durchdachte Übungs- und Spielformen, lässt aber ebenso viel Raum für individuelle Spielgestaltung»

BEAT LADNER

jüngeren Spielerinnen und Spielern daheim und im weiteren Umfeld genutzt werden. Ein paar Striche am Boden genügen und schon steht ein alternatives Trainingsfeld für alle Sportfans bereit. Egal ob draussen oder drinnen, eine harte und einigermaßen ebene Unterlage genügt – und plötzlich findet das Training auch mit den Geschwistern, den Eltern, den Freunden und den Nachbarn statt und hat eine sehr positive, gemeinschaftsfördernde und psychosoziale Ausstrahlung.

Viel Raum für Kreativität

Die Regeln wurden bewusst so gestaltet, dass von Anfang an längere Ballwechsel und flüssige Spielsequenzen entstehen. Zudem bietet Street Racket viel Raum für Kreativität und das Entwickeln eigener Ideen. Die Kontrolle und die motorischen Fähigkeiten stehen im Vordergrund. Es geht nicht wie sonst oft im Sport um Kraft oder Schnelligkeit, womit auch Frauen und Männer zu spannenden und fairen Duellen kommen. Dadurch werden

schnelle Erfolgserlebnisse erzielt, gleichzeitig entsteht viel Motivation für weitere Bewegungsaktivitäten. Bei den zahlreichen Anwendungsmöglichkeiten werden wichtige Impulse im Bereich der Laufarbeit oder der Wahrnehmung gesetzt. Der Schwierigkeitsgrad, die Intensität und die Komplexität der vorwiegend kooperativen Trainingsspiele und spannenden Wettkampfformen können stufenlos verändert oder individualisiert werden, wobei das Street Racket-Team um das Gründer-Ehepaar Rahel und Marcel Straub Einführungsworkshops anbietet. Motivierte und gut ausgebildete Instruktoressen können jederzeit für einen Vereisanlass, eine Trainingseinheit oder eine Trainerausbildung gebucht werden. Das vermittelte Know-how kann in der Folge nachhaltig genutzt und an die jeweiligen Bedürfnisse angepasst werden. «Street Racket bietet durchdachte Übungs- und Spielformen, lässt aber ebenso viel Raum für individuelle Spielgestaltung. Kreativen Ideen sind keine Grenzen gesetzt. Die abwechslungsreichen Einsatzmöglichkeiten im Bereich «bewegtes Lernen» sind eine Riesenchance, Racketsport im Schulsport besser zu verankern», sagt Beat Ladner, Street Racket Instruktor und Tennislehrer Swiss Tennis.

Ein weiterer Vorteil ist: Street Racket benötigt weder Unterhalt noch Logistik und ist sehr sicher.

Es eignet sich auch hervorragend für Trainingslager, zusätzliche Trainingsstationen oder für das Rahmenprogramm bei Anlässen aller Art. Für eine optimale Wir-

kung setzt man am besten das offizielle Spielmaterial ein, welches speziell für rasche Erfolgserlebnisse und lange Ballwechsel entwickelt wurde. Es ist in zwei Kollektionen im Shop auf der offiziellen Webseite (www.streetracket.com) erhältlich. Ein komplettes Spielset mit zwei Rackets, zwei Bällen, Spielanleitung und Kreide zum Aufmalen der Felder ist ab CHF 29.– erhältlich. Auf der Webseite gibt es zudem viele weitere Informationen, Downloads, Clips und Impressionen.

Noch nicht gespielt? Dann nichts wie los, Felder aufzeichnen und der Spass beginnt! Frei nach dem Motto «jedermann – jederzeit – überall!»



STREET RACKET
anyone – anytime – anywhere

AUSZEICHNUNGEN FÜR STREET RACKET

Der Zürcher Kantonalverband für Sport (ZKS) vergibt alle zwei Jahre «den anderen Sportpreis» und würdigt Personen und Personengruppen, die sich nachhaltig für den Zürcher Jugend- und Breitensport einsetzen. Entscheidend sind Idee, Wirksamkeit und Nachhaltigkeit. In diesem Jahr zeichnete die Jury, der auch der Zürcher Regierungsrat Mario Fehr und Kantonsrätin Yvonne Bürgin angehören, die Initiative «Street Racket» aus. «Die Wirksamkeit ist auf vielen Ebenen enorm hoch und die Nachhaltigkeit ist dank der Einfachheit des Konzepts bestechend», lobt ZKS-Geschäftsführerin Josy Beer. Vor einem Jahr wurde Street Racket im Rahmen der «Sanitas Challenge» ausgezeichnet. In der Begründung hiess es: «Das Konzept bietet Raum für Kreativität und die Kids nutzen diese aus, um eigene, spannende Formen zu entwickeln. Street Racket ist die neue Basis des Rückschlagsports und ermöglicht rasche Erfolgserlebnisse für alle. Dies wiederum führt zu Motivation und diese stellt sicher, dass regelmässige Aktivität entsteht. Da Street Racket für alle ist, verbindet das Konzept auch Generationen. Die Jungen können mit den Erwachsenen spielen, und die Familie wird durch Sport zusätzlich verbunden.»



Marcel Straub (l.) und Freddy Siegenthaler