

„Ringen ist ein sehr vielseitiger Sport“

Jungen und Mädchen unternehmen ihre ersten Versuche beim Ferienspaß

KSC Olympia Graben. „Achtung, gefährliche Lage! Lass dich nicht unterkriegen!“ So hörte sich das Ferienspaßangebot für die zwölf Jungen und Mädchen aus der Gemeinde Graben-Neudorf an, die einen ganzen Nachmittag lang unter der Leitung von Jörg Mimietz in der Grabener Festhalle mit ihren ersten Versuchen im Ringen verbrachten.

„Es ist immer wieder erstaunlich zu sehen, wie sehr es den Jungen und Mädchen Spaß macht zu raufen. Ihnen das zu ermöglichen und sie gleichzeitig in die dabei benötigte Fairness und Selbstdisziplin einzuführen ist toll“, so Jörg Mimietz, der aktiver Beisitzer des Ringervereins KSC Olympia Graben ist. Los ging es mit einigen Aufwärmspielen, um den Kreislauf in Schwung zu bringen.

„Ringen ist ein sehr vielseitiger Sport. Neben der Kraft wird auch Schnelligkeit verlangt, genauso aber wird taktisches Vorgehen benötigt und so gestärkt“, sagt Mimietz. Neben dem so genannten „Bubengriff“ und dem „Achselschwung“ lernten die Kinder den Schulterschwung, bei dem der Gegner durch das Eindrehen am Arm sein Gleichgewicht verliert und über die Schulter des Werfenden zu Boden gebracht wird.

Janina Branke



FAIRNESS UND SELBSTDISZIPLIN lernen die Kinder auf der Matte beim Ferienspaß mit dem Ringerverein KSC „Olympia“ Graben.
Foto: Branke