

Schüler sind jetzt „voll in Form“

Bewegungsinitiative wird unterstützt von Donaukraftwerk und SV Weiß-Blau Untergriesbach

Von Josef Reischl

Schaibing/Untergriesbach.

Bewegung und Gesundheit gehören zur Bildungs- und Erziehungsarbeit an allen Schulen Bayerns. Beide Bereiche kommen mit dem modernen Lebensstil oft zu kurz. Die Initiative „Voll in Form“ will deshalb Kinder für tägliche Bewegung begeistern. Unterstützt von der Donaukraftwerk Jochenstein AG, bietet die Sparte Ringen im SV Weiß-Blau Untergriesbach an den Schulen Obernzell und Untergriesbach und nun auch in Schaibing Bewegung als Basis für Gesundheit und Wohlbefinden als Zusatzangebot an.

Die Bewegungsinitiative „Voll in Form“ trägt den Zusatz „täglich bewegen – gesund essen – leichter lernen“. Sie zielt also darauf ab, Bewegung und Ernährung in den Schulalltag einzubeziehen, mit nachhaltiger Wirkung auf die Freizeit. Nach eingehenden Untersuchungen werden jedoch beide Schwer-



Dr. Dominik Mayr von der Donaukraftwerk Jochenstein AG (2. v.l.) und **Simon Rott** vom SV Untergriesbach (2. v.r.) stellten an der Grundschule Schaibing die Bewegungsinitiative vor. Schaibings Rektorin **Michaela Ippenberger** (l.) und Rektor **Max Mauritz** von der Mittelschule Untergriesbach (r.) freuen sich zusammen mit Trainer **Guido Meltzer**, dass die Buben und Mädchen schon „voll in Form“ sind.

– Foto: Josef Reischl

punkte oft vernachlässigt. Verantwortlich dafür seien veränderte Lebensweisen, so Fachwissenschaftler.

Daher müsse die Gesundheitsförderung früh einsetzen und vor allem langfristig angelegt sein. Neben der Familie als erster Erzieher seien vor allem die Schulen und hier vor allem die Grundschulen in die Pflicht genommen, denn sie erreichen alle Kinder.

Gesunde Ernährung ist in Zusammenarbeit mit den Eltern seit jeher an der Grundschule Schaibing, aber auch an der Grund- und Mittelschule Untergriesbach hohes Unterrichtsprinzip. Da lag es natürlich für Rektorin **Michaela Ippenberger** auf der Hand, das Angebot der Sparte Ringen im SV Untergriesbach, unterstützt von der DKJ, nach zusätzlicher Ganzkörperertüchtigung in den Klassen 3 und 4 anzunehmen.

Abteilungsleiter **Simon Rott** und Trainer **Guido Meltzer** von der Sparte Ringen im SV Untergriesbach sowie Projektleiter **Dr.**

Dominik Mayr und PR-Kommunikatorin **Elisabeth Salwiczek** von der DKJ stellten an der Grundschule Schaibing Ziele von „Voll in Form“ vor.

Rektor **Max Mauritz** berichtete, an seiner Schule in Untergriesbach laufe das Zusatzangebot in den Klassen 3 bis 5 bereits mit Erfolg. Ebenso wie an der Grundschule Obernzell seien die Kinder mit Begeisterung bei der Sache und würden erleben, dass sie an Geschicklichkeit und Flexibilität andere Kinder überreffen.

Guido Meltzer, zertifizierter Trainer im SV Untergriesbach, stellte mit den Kindern einige grundlegende Übungen und Bewegungselemente vor. Von größter Wichtigkeit sei vor allem die Freude an Geschicklichkeit und Beweglichkeit des Körpers sowie das Zusammenspiel von Kraft, Ausdauer und Fairness und letztlich die Erkenntnis, dass gesunde körperliche Erüchtigung einen durchs Leben tragen könne.