

Skipping Hearts an der Grundschule St. Wendelinus

Auch in diesem Schuljahr wurde an der Grundschule St. Wendelinus Hatzenbühl ein Skipping-Hearts-Workshop durchgeführt.

Skipping Hearts ist ein Präventionsprojekt der Deutschen Herzstiftung. Das Ziel ist, die Kinder zu motivieren, sich mehr zu bewegen, „denn wer von Kind an einen gesunden Lebensstil pflegt, verringert das Risiko, im Alter am Herzen zu erkranken“, so die Herzstiftung.

Kurz nach 9 Uhr fanden sich die Viertklässler in der Turnhalle zu einem Workshop ein, wo sie von Anja Bayer herzlich begrüßt wurden. Anja ist Trainerin beim VTV Mundenheim und trainiert dort verschiedene Kinder- und Jugendgruppen. Versiert und begeistert erklärte sie das Sportgerät „Springseil“ und die Kinder bekamen eine genaue Anleitung, wie man dieses benutzt.



Die sympathische Trainerin hatte keine Mühe die Kinder zu motivieren und hatte viel Spaß mit den Schülerinnen und Schülern.

Die im Workshop erarbeiteten Springtechniken durften diese dann zum Abschluss ihren Mitschülern und Mitschülerinnen in einer kleinen Vorführung zeigen.



Im Anschluss an die Veranstaltung hatten die Kinder die Möglichkeit, Springseile zu erwerben, damit sie das Gelernte auch zu Hause weiter üben können.

Abschließend können wir folgendes Fazit ziehen: der Skipping-Heart-Workshop ist eine tolle Veranstaltung der Deutschen Herzstiftung. Sie macht den Kindern immer viel Spaß und wir werden auch in den kommenden Jahren daran teilnehmen!