

# Kampfanzug statt Fernbedienung

Auftaktveranstaltung zu „Vollkrass – Familien geben Gas“ im August-Griese-Berufskolleg

VON STEPHANIE SCHWANK

■ **Löhne.** Übergewicht ist bei vielen Kindern, so sagt die Statistik, ein zunehmendes Problem – im engsten Sinn des Wortes. Zwar gibt es Methoden, wie die Jungen und Mädchen die überflüssigen Pfunde wieder verlieren können. Doch es muss gar nicht erst zu dieser Frage kommen. Mit Präventionsmaßnahmen wie dem bundesweiten Projekt „Vollkrass – Familien geben Gas“, das am Wochenende im August-Griese-Berufskolleg begann.

Am Samstag ging es dort sehr sportlich zu. Das gemischte Programm der Sportjugend Herford „Macht euch auf die Socken“ unter der Leitung von Jugendpflegerin Anja Gerke hielt die Kinder auf Trab. Der gesamte Tag stand im Zeichen von Bewegung und Ernährung.

Für die Kinder bot er ideale Möglichkeiten gleichzeitig Spiel, Spaß und Sport zu erleben. In einem Aktionsparcours von Karate über Jazz Dance bis hin zum Fußball, war für jeden Geschmack etwas dabei. Für die Teilnahme an fünf Angeboten, wurden die Kinder mit einem kleinen Preis belohnt. Damit der Spaß nicht zu kurz kam, standen draußen noch eine Hüpfburg und ein Pull Rodeo bereit.

„Mir gefällt es am meisten im Kletterparcours“, verriet Vanessa Altmann. „Ich mag die Hüpfburg am liebsten“, fügte Michelle Dell hinzu. Auch die Eltern kamen nicht zu kurz. In einem Referat von Ernährungsberaterin Ute Breder konnten sie sich weitreichend über gesunde Ernährung informieren. Zudem lagen Rezepte für Gebäck bereit. „Heute gibt es nur gesunde Kost wie Bioland-Brötchen“, erklärte Anja Gerke, „die sind übrigens



**Im Kampf für mehr Bewegung:** Karatetrainer Dennis Dreimann vom Dojo Lemgo Lippe demonstriert mit (v. l.) Mandy Schinköthe, Melvin Schinköthe und Jamie Nilde, dass Sport mehr Spaß machen kann als Fernsehmachmittage.

FOTO: STEPHANIE SCHWANK

von Herbert Krumme gespendet worden.“

Das Projekt „Vollkrass, Familien geben Gas“ wurde von der Bundesregierung ausgeschrieben. Unter vielen Kreisen, die sich bewarben, ist der Kreis Herford ausgesucht worden. Die Sportjugend Herford stellte sich als Projektpartner zur Verfügung. „Wir wollen mit dieser Auftaktveranstaltung dafür sorgen, dass sich die Kinder mehr bewegen und besser ernähren“, so Gerke. „Unser Stadtsportlehrer Peter Steinmeier half uns, alles zu organisieren und ist Ansprechpartner vor Ort.“

## Angebote künftig immer samstags

„Diese Veranstaltung soll darauf hinweisen, dass nach den Herbstferien ein kontinuierliches Bewegungsangebot für Kinder von sechs bis elf Jahren an den Samstagen stattfinden wird“, kündigte Gerke an. Der TV Löhne Bahnhof hilft, das Projekt weiterhin durchzuführen und stellt eine ausgebildete Übungsleiterin zur Verfügung.

„Wir haben uns den Samstag ausgesucht, weil die meisten Kinder am Wochenende vor dem Fernseher oder Computer sitzen. So aber bekommen sie eine Möglichkeit, ihre Zeit sinnvoller zu nutzen“, so Anja Gerke. Auch für die Eltern besteht weiterhin die Möglichkeit, sich über gesunde Ernährung zu informieren. Unter der Leitung von Ute Breder sind Elternabende und gemeinsames Kochen geplant.

„Das ganze Projekt zielt auf Prävention. Es soll nicht die Kinder erreichen, die übergewichtig sind, sondern vorbeugen“, sagte Anja Gerke abschließend.