

# Neue Westfälische

# 18.09.2015

## Auspowern an Sandsack und Boxmatte

Das offene Training für Kinder und Jugendliche wird an der Matthias-Claudius-Schule dank Spenden fortgesetzt

■ Rheda-Wiedenbrück (pok). Das offene und kostenlose Boxtraining für Kinder und Jugendliche geht in die nächste Runde. Lena Weber, Schulsozialarbeiterin an der Matthias-Claudius-Schule (MCS), hat 2.000 Euro von der Familie-Osthushenrich-Stiftung und 1.000 Euro von der Bürgerstiftung Rheda-Wiedenbrück für das Projekt bekommen. „Davon haben wir neue Materialien gekauft und können die Honorare für die Trainer bezahlen – und zwar bis Januar“, freut sich Weber.

Geboxt wird montags von 16 bis 17.30 Uhr im Bewegungsraum der MCS, August-Euler-Straße. Der Sport beginnt mit einem 30-minütigen Auf-



**Mit Schmackes:** Max (v.l.) schaut zu, wie Alensio die Boxmatte hält, auf die Dustin eindrischt. Im Hintergrund gibt Trainer Garbiel Ipek Jugendlichen Tipps am Sandsack. FOTO: MARION POKORRA-BROCKSCHMIDT

wärmtraining aus Sit-ups, Seil springen und Übungen zur Kräftigung der Halsmuskulatur. Danach geben die beiden Trainer Gabriel Ipek, im Hauptberuf Hausmeister an der Hauptschule, und Niklas Masin den Jungen und auch Mädchen Tipps für die richtige Bein- und Armstellung. Sie vermitteln die Technik des Boxens und wollen die Kondition der Kinder und Jugendlichen verbessern.

Die schätzen es besonders, sich richtig auspowern zu können, wenn sie auf Sandsäcke und Boxmatten eindreschen. So können sie ihre Stärke miteinander messen – auch wenn sie nicht gegeneinander antreten – und ihre überschüssige Energie

loswerden, nennt die Schulsozialarbeiterin das Ziel des Angebotes (die NW berichtete). Bislang kooperierte Weber mit dem Projekt „miteinander – füreinander“ der Volkshochschule Reckenberg-Ems. Das wurde bis August vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge bezahlt.

Nachdem die Finanzierung ausgelaufen war, hatte sich Weber nach anderen Sponsoren umgesehen – mit Erfolg. Denn das Angebot, gedacht für Kinder ab etwa zehn Jahren, werde sehr gerne angenommen, berichtet sie. Weitere Informationen zu dem Boxtraining gibt sie unter Tel. (05242) 942916,

[schulsozialarbeit@mcs-rheda.de](mailto:schulsozialarbeit@mcs-rheda.de)