

Große Sprünge durch die Altstadt

„Kangoo Jumps“ mit Stuntman Marco König

Von unserer Mitarbeiterin
Cynthia Ruf

„Gib mir deine Hand!“, ruft Sara ihrer Freundin zu. Diese steht noch etwas wackelig in den Kangoo-Jump-Schuhen und macht ihre ersten vorsichtigen Schritte. Gar nicht so leicht, schließlich muss man erst einmal das Gleichgewicht finden. Mit der Freundin an der Hand klappt es da schon viel besser: Die beiden machen das erste Mal bei der kostenlosen „Kangoo Jump“-Aktion mit, die der Stuntman und Motivationscoach Marko König und seine Frau Liliana Dubau derzeit gemeinsam mit dem Kinder- und Jugendhaus (KJH) Durlach und dem Verein „Selbst e.V.“ anbieten.

Die Treffen finden nach den Sommerferien wieder freitags alle zwei Wochen statt. Bewegung, Spaß und Action stehen dabei an erster Stelle. Und das merkt man den Jugendlichen und jungen Erwachsenen an: Sind die Schuhe erst einmal angezogen, kann es gar nicht schnell genug gehen.

Sportliche Aktion im KJH Durlach

Nacheinander dürfen die elf- bis 24-Jährigen in zwei Gruppen eine Tour in den Kangoo-Jump-Schuhen machen – es geht am alten Friedhof vorbei, die Pfingstalstraße entlang, zur Karlsburg und wieder zurück zum Kinder- und Jugendhaus. Marco König begleitet und motiviert die Jugendlichen dabei mit Gleichgewichtsübungen und Sprungtechniken. „Kann nicht! Es muss heißen: Kann ich noch nicht“, betont er. Egal ob Treppenlaufen, auf einem Bein balancieren oder über niedrige Bänke hüpfen – in den Kangoo Jumps ist das schwieriger als gedacht. König erklärt jede Übung und führt sie vor, wobei ihm die Jugendlichen aufmerksam zuschauen. Manche zögern allerdings noch, wie vier junge Migranten aus Serbien: „Vielleicht nächstes Mal.“ Neugierig sind sie aber allemal, vor allem wegen der originellen Konstruktion der Inlineskate-ähnlichen Schuhe: unter der Sohle sind, mit



EIN UNGEWÖHNLICHES DESIGN haben die Schuhe wegen der gebogenen Gummischalen, die beim Auftreten federn.



SPASS IN DEN KANGOO JUMPS haben Nadine Mössinger, Leiterin des KJH Durlach, Anna vom KIT und das Coaching-Paar Liliana Dubau und Marko König (von links nach rechts).

Fotos: jodo

einer Schiene verbunden, zwei gebogene Gummischalen angebracht, die beim Laufen abfedern. Königs Ziel ist, „Kinder zusammen zu bringen und die Integration zu fördern.“ Denn bei dem Sportangebot machen Jugendliche unterschiedlichster ethnischer und sozialer Herkunft mit, unter anderem, weil ohnehin freitags im KJH „Junge Menschen mit Fluchterfahrung“ auf dem Programm steht, das junge Flüchtlinge und Einheimische mit gemeinsamen Projekten zusammenbringt. Die meisten sind oft hier, daher hat sich die neue Aktion schnell unter den Gleichaltrigen herumgesprochen.

„Ich bin größer als du!“ freut sich Momo, der Nadine Mössinger, Leiterin des KJH, in den Kangoo-Jump-Schuhen um ein paar Zentimeter überragt. Mit elf Jahren ist er einer der Jüngsten bei der Aktion, aber auch einer der motiviertesten. Gerade die Jüngeren sind „offen für Neues und wollen alles ausprobieren“. Dass jeder nach Lust und Laune ohne Anmeldung mitmachen kann, ist den Veranstaltern sehr wichtig. Der „Durlacher Selbst e.V.“, der soziale Projekte unterstützt, hat die Kangoo Jump Aktion gesponsert. Vorstand Roland Laue sieht in dem Sportangebot „eine Möglichkeit, sich selbst auszuprobieren, eigene Erfahrungen miteinander zu teilen und dadurch Vorurteile abzubauen.“ Das Laufen mit den Kangoo Jumps soll nicht nur Spaß machen, sondern auch die Muskelkoordination verbessern, die Gelenke entlasten und die Haltung verbessern. Königs Frau und Geschäftspartnerin Liliana Dubau hat die Idee nach Karlsruhe gebracht. In ihrem Heimatland Rumänien sei es bereits ein Trendsport. In Deutschland dagegen ist das Paar Vorreiter. Mit ihrer „Safari Academy“ bieten die beiden in Zusammenarbeit mit der Karlsruher Tourismus-GmbH „springende Stadtführungen“ in den Schuhen an.

bieren, eigene Erfahrungen miteinander zu teilen und dadurch Vorurteile abzubauen.“ Das Laufen mit den Kangoo Jumps soll nicht nur Spaß machen, sondern auch die Muskelkoordination verbessern, die Gelenke entlasten und die Haltung verbessern. Königs Frau und Geschäftspartnerin Liliana Dubau hat die Idee nach Karlsruhe gebracht. In ihrem Heimatland Rumänien sei es bereits ein Trendsport. In Deutschland dagegen ist das Paar Vorreiter. Mit ihrer „Safari Academy“ bieten die beiden in Zusammenarbeit mit der Karlsruher Tourismus-GmbH „springende Stadtführungen“ in den Schuhen an.