

Top-Formenseminar mit Ronny Grebenstein beim TV-Sinn

Am vergangenen Sonntag fand auf Einladung der HKBV Formenreferentin Petra Hermann-Weck zu zweiten Mal ein ganztägiges Formenseminar in Sinn statt.

Als Referent war in diesem Jahr Ronny Grebenstein zu Gast. Ronny war vor einigen Jahren im Nationalkader der WAKO Deutschland als Formenkämpfer aktiv und beeindruckte schon damals mit seinen überaus sauberen Techniken und exakt gesprungenen akrobatischen Elementen sowie der perfekten Beherrschung des Bo's.

Die Veranstaltung die gegen 9:00 Uhr morgens begann gewann schnell an Fahrt. Die neu renovierte Jahnhalle war komplett mit Matten ausgelegt und das ganze Equipment einer gut ausgerüsteten Sporthalle stand zur freien Verfügung. Ronny Grebenstein, der von Judith Weck unterstützt wurde fand sehr schnell das Vertrauen der einzelnen Sportler. Professionell gelang ihm der Spagat zwischen dem ganz jungen Sportler und dem Erwachsenen, ebenso wie dem Formenkämpfer der noch keine Erfahrung besitzt bis hin zum Spitzensportler. Selbst die Trainer der Vereine hielt es nicht auf dem Beobachtungsposten, sondern man sah z.B. auch Helga Regner sich aktiv am Geschehen beteiligen. Holger Schiller und Marcus Kern (beide Kampfrichter des HKBV) waren angereist um sich zu informieren und waren in Kleingruppen mit bei der Sache.

Step bei Step führte Ronny Grebenstein seine Teilnehmer an drei Akrobatische Elemente heran, immer mit dem Blick darauf, dass die Gesundheit nicht gefährdet wird und keiner unter- oder überfordert wird. Nach einer kurzen Mittagspause bei Obst und Kuchen liess die Motivation weder bei Ronny noch den Teilnehmern nach. Es war faszinierend zu sehen, wie selbst die jungen Teilnehmer hoch konzentriert mitarbeiteten. Gegen 16:00 Uhr nachdem die Temperaturen in der Jahn Halle sich ebenso erhöht hatte wie bei den Teilnehmern, fand zum Abschluss noch eine Battle statt. Jeder Formenläufer bekam ganz persönliche Tipps von Ronny Grebenstein, Holger Schiller und Petra Hermann-Weck mit auf den Trainingsweg. Mit kräftigem Applaus wurden Nils von KSV Friedberg und Josephine aus Schwalmstadt bedacht, die man als beste Tagesläufer kürte. Beide hatten keine oder kaum Erfahrung im Formenlauf und am Ende präsentierten sie Ihre kleinen Formen als Erste und bewiesen damit sehr viel Mut. Auf dem Außengelände des TV Jahn Sinn klang der Tag mit Steaks und Würstchen aus, während die Ersten nach einer Stärkung schon wieder an die Waffen sprangen und mit Ronny auf dem Handballfeld unermüdlich übten. Alle waren sich einig, das muss wiederholt werden. Einige Zitate die für sich sprechen: „Gibt es keine Kette, die wir diesen Trainer festbinden, damit er uns nicht wieder abhanden kommt?“ oder „Jetzt habe ich wieder Lust Formen zu laufen“, „Toll wie jemand Kampfsport und Akrobatik so verbinden und überbringen kann.“

Ich denke wir werden den Kontakt zu Ronny nicht mehr verlieren, zumal Sinn direkt auf dem Nachhauseweg zu seinen Eltern liegt. Somit bleibt nur noch ein Wunsch offen, dass beim nächsten Seminar mehr Formenläufer und auch Trainer aus Hessen und den anderen Bundesländern den Weg nach Sinn finden. Nähere Info unter www.hosinndo.de .